

## **Песочная терапия как эффективное средство коррекции психологических проблем у дошкольников.**

*Автор: педагог-психолог  
МБДОУ МО г. Краснодар  
«Центр – детский сад № 8»  
Буглак Людмила Григорьевна*

В своих непроходящих желаниях помочь ребёнку педагоги не знают покоя и всё время ищут новые методы психологической коррекции, тем более, что сейчас появляется множество стимульных материалов и предметов.

Часто у педагогов и родителей дошкольников возникают вопросы: как раскрепостить замкнутых или снять напряжение и агрессию с гиперактивных и агрессивных детей, а в непростой период адаптации к дошкольной организации снизить негативные детские реакции.

Поэтому в своих поисках психологическая служба детского сада № 8 города Краснодара обратилась к песочной терапии – она доступна в любой период года. Сама великая природа подарила песок – естественный стимульный материал в неограниченном количестве. Песок – прекрасный природный материал, не требующий никаких материальных затрат, но сколько вдохновения и радости даёт он каждому ребёнку. Техника игры с ним доступна, он привлекает текучестью, фантазийностью и возможностью моментального изменения замысла – это самая любимая детская «игрушка». Игра с песком интересна детям любого возраста – от раннего до выпускников. В кабинете психологической разгрузки есть стол с подсветкой, а на каждом групповом участке есть «песочный дворик».

Педагоги видят, как в течение занятия стимулируются эмоциональные и психические процессы. У детей исчезает скованность, гиперактивность, появляется состояние удовлетворения и радости, уверенности в себе.

Мануальный эффект рисования на песке пальцами, двумя руками, ладошками, кулаками предмета или даже целого сюжета развивает межполушарное взаимодействие. Техника рисования на песке помогает передать ребёнку то, что обычно сделать сложно. Можно исправить и создать что-то новое. Это вызывает мощный толчок развитию мышления, пространственных представлений, творческому придумыванию, к установлению причинно-следственных связей. Любую ошибку в изображении на песке можно сразу исправить, можно изменить образ и действие, можно взять другую тему – то есть можно всё – играй и экспериментируй. И не надо бояться ошибиться, переосмыслить первоначальный план действий, что часто бывает у сомневающихся в себе детях.

Воспитанники нашего детского сада творят на светопесочном столе, а это намного интереснее. Цветовая гамма усиливает положительный эффект своего продукта, расцвечивает фантазию. Дети любят эту деятельность и о

своём продукте рассказывают детям и родителям. Группы создаются для детей в период адаптации к детскому саду, для детей кризисный возрастов (3, 7 лет) а также имеющих гиперактивность, агрессивность, застенчивость.

Занятия проходят 2 раза в неделю. Пошаговые занятия распределяем в зависимости от возраста, и в соответствии с программой. Сначала учим правильно обращаться с песком (2-4 занятия индивидуально). Затем занятия стоятся следующим образом:

- Тактильная разминка;
- Создание предметов;
- Создание сказочных образов;
- Создание сказочной ситуации;
- Отображение сказочного сюжета.

На занятии используем природные материалы и безопасные бытовые предметы.

Любимые игры наших воспитанников: «Испечём песочный торт», «Песочные пирожки», «Дождик», «Лабиринты», «Песочные зайчики», «Фото на песке».

Эти занятия очень эффективны в осенне-зимний период, когда игра с песком на открытом воздухе не всегда возможен. А к летнему периоду дети подходят уже вооружённые навыками правильного общения с песком на участке. Игры становятся интереснее и разнообразнее.