

А.В. Астахина
Научный руководитель – Л.Н.Игонина
ГБПОУ ВО «Муромский педагогический колледж»
г. Муром, ул. К.Маркса, д. 24
E-mail: mpc@mit.ru

Песочная терапия как средство регулирования эмоционального состояния старших дошкольников

Все люди – существа эмоциональные. Каждый день мы испытываем эмоции. Когда мы счастливы, то нам кажется, что все радуются вместе с нами. Когда грустим, то весь окружающий мир окрашивается в унылые тона. Когда чем-то рассержены, то всё вокруг только усиливает наше раздражение.

Эмоции – особый класс психических процессов и состояний, который составляет переживаемые в различной форме отношения человека к предметам и явлениям действительности. Эмоции и чувства – специфическая форма отражения действительности.

В условиях формирования современного общества перед педагогами стоит задача создания адекватных условий воспитания и обучения каждому ребенку. Дети являются особой категорией, в работе с которыми очень важно использовать гибкие формы психотерапевтической работы по формированию эмоциональной сферы. Одной из таких форм является арт-терапия, в которой особо выделяется песочная терапия. Поэтому психологи обращают повышенное внимание на использование арт-терапии и песочной терапии для развития эмоционально-волевой сферы дошкольника.

Вопросами использования арт-терапии и песочной терапии в работе с дошкольниками занимались психологи: Е.О. Смирнова, М.В. Киселева, Е. Каралашвили, О.В. Бережнова, Дора Кальфф, Карл Густав Юнг и другие.

Е. Каралашвили говорила: «Умение ребенка понять и выразить своё настроение является важной задачей, которую решает дошкольный психолог. Выражение собственных эмоций через творческую и продуктивную деятельность развивает фантазию и воображение, способствует снятию психоэмоционального напряжения у детей».

Песочная терапия — один из удивительных методов терапии в контексте арт-терапии представляет собой невербальную форму психотерапии. Это один из способов общения с самим собой и с окружающим миром, уникальный способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что позволяет повысить уверенность в себе и открыть новые пути развития.

Дошкольный возраст – это возраст первичной социализации ребёнка. Одним из основополагающих принципов ДО - это Федеральный государственный образовательный стандарт ДО, который определяет «Приобщение детей к социокультурным нормам», что способствует положительному психоэмоциональному развитию личности.

Цель исследования: как использовать песочную терапию для регулирования эмоционального состояния старших дошкольников?

Объект исследования: процесс регулирования эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования: приемы работы по песочной терапии.

Задачи исследования:

1. Изучить теоретические основы проблемы использования песочной терапии для регулирования эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста в психолого-педагогической литературе.
2. Охарактеризовать эмоциональную сферу детей старшего дошкольного возраста.
3. Подобрать приемы работы по песочной терапии с целью регулирования эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста и апробировать их на педагогической практике.

Методы исследования:

Секция 19. Педагогические технологии в работе с детьми дошкольного и младшего школьного возраста

1. теоретические – анализ печатных источников, анализ интернет ресурсов, анализ понятийного аппарата;

2. эмпирические – тестирование.

Приёмы работы по песочной терапии с целью регулирования эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста.

Игры и упражнения «Технология игры в песке. Игры на мосту», автор Н.А.Сакович.

1. Упражнение «Здравствуй, песок!»

2. Упражнение «Необыкновенные следы»

3. Упражнение «Дождик из песка»

4. Упражнение «Песочный ветер»

5. Игра «Прятки»

6. Игра «Строители»

7. Игра «Цветные острова»

8. Игра «Фигуры на песке»

Самостоятельно разработала игры «Мы волшебники» и «Подводный мир».

Литература

1. Киселёва М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми / М.В. Киселёва. – СПб.: Речь, 2013. – 160 с.

2. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии / А.И. Копытин. – СПб.: Питер, 2012. – 368 с.

3. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л.Д. Лебедева. – СПб.: Речь, 2012. – 256 с.

4. Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. – СПб.: Речь, 2012. – 94-100 с.

5. Урунтаева Г.А. Психология дошкольного возраста: Учебное пособие для студентов средних педагогических учебных заведений / Г.А. Урунтаева. – М.: Академия, 2015. – 336 с.

6. Хвостышкова Т.В. Игры с песком как средство развития мелкой моторики у дошкольников с речевыми нарушениями/Т.В. Хвостышкова – Орёл, 2015. – 207 с.