

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребенка – детский сад №15 «Березка»
поселка городского типа Ильского
муниципального образования Северский район

Педагогический опыт

**Тема: Использование песочной терапии как способ
коррекции эмоционально-волевых состояний
у детей старшего дошкольного возраста**

Автор: педагог-психолог Петанова В.П.

2016год

Содержание:

Содержание	№ страницы
1. Литературный обзор состояния вопроса	3-6
1.1. История изучения педагогического опыта в дошкольной психологии и педагогике.	7-9
1.2. История изучения эмоциональных состояний в педагогике и психологии.	10-11
1.3. Особенности развития эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста.	12-13
1.4. Страх как проблема и защитный механизм психики ребёнка	14-16
1.5. Основные понятия, термины, используемые в описании педагогического опыта.	17-23
1.6. Взаимосвязь коррекции эмоциональных состояний (страхи) при использовании песочной терапии.	24-26
2. Социально-психологический профиль старшей группы дошкольников, являющийся базой для формирования представляемого психолого-педагогического опыта работы.	27
2.1. Психолого-педагогические особенности детей старшего дошкольного возраста.	27-28
2.2. Социально-психологический портрет группы.	28
3. Педагогический опыт.	29
3.1. Описание основных методов и методик, используемых в предоставляемом педагогическом опыте.	29-30
3.2. Актуальность педагогического опыта	31-33
3.3. Научность в предоставляемом педагогическом опыте.	34-39
3.4. Результативность педагогического опыта.	40-45
3.5. Новизна (инновационность) представляемого педагогического опыта.	
3.6. Возможность творческого применения представляемого педагогического опыта.	46-47
4. Выводы.	47-48
Приложения №1 Психодиагностический инструментарий .	49-56
Приложение №2 Консультации и рекомендации для педагогов и родителей.	57-62
Приложения №3 Игры и упражнения применяемые в коррекции страхов и тревожных состояний.	63-72
Приложение №4 Коррекционно-развивающие занятия.	83-90
Приложение №5 «Мудрые притчи для детей»	91-98
Приложение Фотоотчёт	99-114
Список литературы	114-116

1. Литературный обзор состояния вопроса

**“Камни - исконная материя, а песок –
основание материи в бесконечности времени.
Это делает каждого внимательным к вечности.
Песок - материя, которая была преобразована
и почти стала жидкой и духовной.
Рут Амманн сэндплэй-терапевт**

С января 2014 года вступил в силу Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО). Введение и реализацию ФГОС ДО можно рассматривать как инновационную деятельность, успешность которой зависит от понимания её значения в образовательной практике всеми участниками образовательных отношений: педагогами дошкольных образовательных организаций, родителями воспитанников, специалистами управляющих структур разного уровня.

Асмолов А. – руководитель рабочей группы по созданию Стандарта дошкольного образования, поясняет: «впервые в истории нашей культуры дошкольное детство стало особым самоценным уровнем образования - такого не было никогда. Следовательно, мы должны предложить правила игры между родителями, обществом, педагогами и детьми, главными игроками в этой ситуации, которые непременно должны быть в выигрыше. Правила развития ребенка, а не его обучения. Стандарт и выступает как своего рода социальная матрица, он позволяет создать навигацию для родителей и детей в сфере дошкольного детства. Ключевая установка стандарта дошкольного детства - это поддержка разнообразия детства через создание условий социальной ситуации содействия взрослых и детей ради развития способностей каждого ребенка. Дошкольное детство должно быть разнообразным. В этом и суть всего стандарта. В результате его внедрения у всех детей будет возможность реализовать свою индивидуальность. При этом каждый будет идти не строем, не в ногу, а своим собственным шагом. Наши дети невероятно разные. Они все более и более отличаются от нас, и становится все труднее вести диалог между ребенком и родителем, ребенком и педагогом, ребенком и обществом в целом».

Особые дети, талантливые, познающие компьютерные технологии -именно они ставят перед современной педагогикой задачи, до настоящего времени не виданные и пока не решённые. В растерянности находятся семьи и образовательные организации. Поэтому совершенно очевидно, что довольно остро назрел вопрос о совершенствовании дидактических приёмов, методов образовательно-информационной работы с современным подрастающим поколением. При этом необходимо учитывать и потребности семьи, т.е. создавать здоровьесберегающие технологии, применимые и доступные в семейном образовании и воспитании.

В связи с этим я заинтересовалась изучением проблемой страхов и целесообразностью использование песочной терапии в работе с детьми. Этой проблемой занимались такие учёные как М.Лоуэнфелд, М.Г.Агавелян, В. А. Ганзена (2004), Л. Г. Дикой (2002), Л. В. Куликова (1997), Т. А. Немчина (1983), А. О.

Прохорова (1990, 1991, 1992, 1998, 2003, 2005, 2006]) Ю. Е. Сосновиковой (1975), И. И. Чесноковой (2004).

Согласно ФГОС ДОО совершенствование системы образования требует внедрения в практику работы образовательных учреждений комплекса мер, направленных на своевременное обеспечение каждому ребёнку адекватных условий для всестороннего развития; формирование полноценной личности, получения им должного образования. Дошкольное образование осуществляется, как правило, в учреждениях дошкольного образования.

В дошкольном возрасте дети усваивают нормы и правила поведения, принятые в обществе, устанавливают отношения с взрослыми и сверстниками. Процесс социализации у многих протекает нелегко. В настоящее время растёт количество детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью в себе, эмоциональной неустойчивостью. Тревожные дети нуждаются в особом подходе и психологической помощи.

Педагогический взгляд на психотерапевтическую песочницу-довольно яркое и эффективное решение этой проблемы.

Позитивное влияние песка на ребёнка доказано давно. Но лишь в начале 21 века песочную терапию стали активно использовать в своей практике психологи и педагоги. Основоположником песочной терапии считается Карл Густав Юнг и Доре Калфф.

Игра с песком как процесс развития самосознания ребенка и его спонтанной «самотерапии» известна с древних времен. Действительно, попадая на пляж, ребенок начинает строить причудливые замки, объединяя их в настоящие укрепленные города. Волна ли смывает им созданное, или чья-то неосторожная нога раздавит замок, ребенок не расстраивается. Наоборот, он с еще большим энтузиазмом принимается за новое строительство.

Этот феномен известен всем. Но что же за ним стоит? Почему не только дети, но и взрослые, оказавшись на пляже, спонтанно создают картины из песка?

Податливость песка провоцирует желание создать из него миниатюру реального мира. Здесь человек выступает как созидатель, не привязанный к результатам своего труда. Ребенок создает из песка замок, некоторое время любит его, а потом волна или он сам разрушают творение. Один сюжет жизни завершается, уступая место следующему. И так бесконечно.

Казалось бы, все так просто. Но именно это простое, естественное для человека действие хранит уникальную Тайну бытия: все приходит и уходит, нет ничего такого, что было бы непоправимо разрушено — просто старое уступает место новому. Многократно проживая эту Тайну, человек достигает состояния равновесия, при этом в его внутреннем пространстве существенно уменьшается доля суеты и обыденности.

В 2013 г. мировая психологическая общественность негласно отмечает столетие метода песочной терапии, поскольку в 1913г. Дора Карл Маргарет Лоуэнфелд впервые описали использование песочницы с набором фигурок в процессе не директивной игровой терапии. С тех пор песочная терапия становится эффективным методом коррекции ВПФ и эмоционально-волевых состояний. Однако в образовательный процесс проникает робко. Хотя есть положительные

примеры работы коррекционных и общеобразовательных школ г. Калининграда, Москвы, Санкт-Петербурга.

Работа с песком позволяет расширить возможности развития креативного мышления, вооружить педагогов, логопедов, родителей превосходной технологией совместной деятельности, перевести «взор» ребёнка от плоскости электронного планшета на объёмное пространство песочного стола, решит множество коррекционных и образовательных задач в обучающем процессе, вдохновит ребёнка на рождение Творца.

Однако возможности песочной терапии проявляются и в другой плоскости. Созданная ребёнком картина из песка является творческим продуктом. И в этом смысле песочная терапия становится привлекательной для арт-терапевтов. Они имеют дело с проявлением творческих возможностей клиента.

По моему мнению в процессе арт-терапии происходит создание неких творческих продуктов, или «визуальных образов», с помощью разнообразных материалов. Причем анализ созданных продуктов используется нечасто. Вот что по этому поводу пишет Ленор Штейнхард: «В арт-терапевтическом процессе использование песка в качестве основного материала изобразительной работы предполагает «диалог» рук с песком и водой. Проведение частых сессий песочной терапии стимулирует создание клиентом целой серии песочных форм, являющихся основой для расположения миниатюрных фигурок. Песочные композиции, как с миниатюрными фигурками, так и без них, могут заключать в себе различное трудновербализуемое содержание».

Я считаю, что в процессе игры с песком, в контексте арт-терапии, это проявление невербальной формы психотерапии. Основной акцент делается на творческом самовыражении клиента, благодаря которому на бессознательно-символическом уровне происходит «отреагирование» внутреннего напряжения и поиск путей развития.

Использование в песочнице миниатюрных фигурок, объединение их в некоторый сюжет наводит на мысль о спектаклях внутреннего театра личности. Фигурки могут символизировать сублимированность автора песочной картины. Наблюдая за взаимоотношениями героев песочной картины, человек может установить актуализированные в данный момент процесс и вступить с ними в диалог. В этом случае основной акцент делается на построении диалога с фигурками.

Получается, что в процессе песочной терапии ребёнок строит новые взаимоотношения с самим собой. Такой подход уместен для представителей гештальт-терапии и психоанализа.

Однако фигурки, использованные в песочнице, могут не только отражать сублимированность человека, но и символизировать реальных людей и явления той среды, в которую включен клиент. В песочной среде могут драматизироваться реальные жизненные ситуации, относительно которых человек испытывает определенные трудности. В этом случае песочная терапия представляет собой миниатюру психодрамы.

Преимущество психодраматического подхода здесь заключается в том, что для создания спектаклей не требуется помощь группы, — все роли исполняют игрушечные фигурки. Таким образом, песочница создает условия для спектакля не

только в групповом режиме, но и в индивидуальном. Разыгрывание в песочнице конкретных жизненных ситуаций позволяет клиенту изменить отношение к ним и найти правильные для себя решения.

На мой взгляд в песочных картинах есть еще один важнейший психотерапевтический ресурс — возможность созидательного изменения формы, сюжета, событий, взаимоотношений. Именно эта идея лежит в основе сказкотерапевтического подхода к работе с песочницей.

Человек, играющий в песочнице с миниатюрными фигурками, воплощает фигуру Волшебника, который вступает во взаимодействие с природными и социальными силами. Поскольку игра происходит в контексте сказочного мира, человеку предоставляется возможность творческого изменения беспокоящей его в данный момент ситуации или состояния. Преобразуя ситуацию в песочнице, человек получает опыт самостоятельного разрешения трудностей и внутреннего, и внешнего плана. В этом и проявляется его сила Волшебника. Накопленный опыт самостоятельных конструктивных изменений человек переносит в реальность.

Итак, благодаря Карлу Густаву Юнгу и Доре Калфф создание песочных картин переместилось в психологическую, психотерапевтическую плоскость и успешно в ней существует в настоящий момент. Причем представители различных концепций имеют возможность использовать песочницу в своей парадигме.

Однако, уделяя внимание песочной терапии в контексте психологической и психотерапевтической работы, не будем забывать о мощных ресурсах песочницы для коррекционно-развивающей и образовательной работы с ребенком.

В песочнице создается дополнительный акцент на тактильную чувствительность, «мануальный интеллект» ребенка. Поэтому перенос традиционных обучающих и развивающих заданий в песочницу дает дополнительный эффект. С одной стороны, существенно повышается мотивация ребенка к занятиям, а с другой — 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. Иными словами, использование песочницы в педагогической практике дает комплексный образовательно-терапевтический эффект. Причем сегодня уже можно говорить о таком эффекте по отношению не только к нормально развивающимся детям, но и к их сверстникам с особенностями развития.

Мои рассуждения не только описывают современное состояние песочной терапии, но и ставят вопрос: а что же такое песочная терапия сегодня, это самостоятельное направление, метод или среда?

Процесс накопления опыта работы с песочницей представителями различных направлений интересен тем, что благодаря этому с разных сторон исследуются взаимоотношения человека с проекцией его внутреннего мира. Все это говорит в пользу того, что песочница — это СРЕДА для общения человека с самим собой и символами реального мира, и метод постижения собственного «Я»

1.1. История изучения педагогического опыта в дошкольной психологии и педагогике

**Часто руки знают, как распутать то,
над чем тщетно бьётся разум.
К.Г.Юнг**

Не однократно предпринимались и предпринимаются в дошкольной педагогике и психологии попытки изучить и установить взаимосвязь влияния песочной терапии на развитие эмоциональных состояний и коррекции страхов. В своём опыте я хочу показать эффективное использование песочной терапии в коррекции страхов.

Проходя обучение в университете не единожды преподаватели, корифеи харьковских, московских школ психологии поднимали вопрос об эффективном использовании песочной терапии в работе с детьми дошкольного возраста.

И вот по истечению девяти лет профессиональной деятельности, я решила поделиться своим опытом работы по использованию песочной терапии в коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста. Но прежде чем начать я бы хотела осветить теоретические основы появления песочной терапии в психологии и психиатрии, обосновать взаимосвязь влияния работы с песком на преодоление страхов у детей.

Работая в проблематике детской психологии я считаю своевременным внедрения ФГОС ДОО в систему образования. Ведь именно в ФГОС ДОО учтены такие важные термины как индивидуальные особенности ребёнка, возрастные особенности ребёнка, интегральные качества компетенции ребёнка, которые требуют “принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей”, о котором говорится в п. 2.4 федеральных требований. Интеграцию можно реализовать по-разному, но базироваться она должна на самом близком для дошкольника – на игре. А что может быть ближе, чем игра в песок. Песок – необыкновенно приятный материал. Когда мы погружаем руки в сухой песок, появляется нечто похожее на рябь на воде, рождается образ пустыни. Смешанный с водой, песок темнеет и приобретает качества земли. В это время ему можно придать форму. Создание песочных композиций, в отличие от рисунка, не требует каких-либо особых умений. Здесь невозможно ошибиться, сделать что-то не так – это важно для тех, кто привык строго оценивать себя.

Техника песочной терапии возникла в рамках юнгианского аналитического подхода и во многом базируется на работе с символическим содержанием бессознательного как источником внутреннего роста и развития. Автором этого метода, возникшего в 1950-х г.г., считается швейцарский аналитик Дора Калф.

Бытует мнение, что истоки песочной терапии отражены в книге писателя-фантаста Г.Уэллса «Игры на полу». Именно эта книга вдохновила психоаналитика Дору Калф на создание нового вида психотерапии-песочная терапия.

М.Лоуэнфелд ввела понятие «техника построения мира на песке». Песок учит познавать мир образами, воспринимать мир и социум невербальными способами (М.Г.Агавелян)

Игры с песком — одна из форм естественной активности ребенка. Именно поэтому мы, взрослые, можем использовать песочницу, проводя коррекционные, развивающие и обучающие занятия. Строя картины из песка, придумывая различные истории, мы в наиболее органичной для ребенка форме передаем ему наши знания и жизненный опыт, рассказываем о событиях и законах окружающего мира.

Сегодня многие коррекционные учреждения имеют ванночки для песка и воды. Но как эффективно их использовать, пока еще знают немногие. Часто на наши вопросы: «Зачем вам это нужно? Как вы с детьми играете в песок?», многие работники отвечают: «Песок и вода нужны, чтобы дети чувствовали себя зимой как летом, а играть с ними даже не надо — они это делают сами». Интересно, что интуитивно педагоги подошли к таинству «песочной терапии», в основе которой лежит спонтанность проявлений ребенка, подростка и взрослого в песочных играх.

В современной педагогике и психологии в данное время активно применяется песочная терапия. Ведь песок это природный материал, обладающий собственной энергетикой, имеющий множество преимуществ перед другими материалами такими как глина, пластилин.

Согласно ФГОС мы обязаны использовать здоровьесберегающие технологии, а использование песочной терапии даёт множество позитивных показателей в развитии и формировании всесторонней личности ребёнка дошкольного возраста.

В России песочная терапия получила распространение сравнительно недавно. Ее применение в нашей стране имеет некоторые особенности. Отсутствие или труднодоступность литературы по песочной терапии, а также редкие приезды зарубежных песочных терапевтов пробудили собственные креативные силы русских психологов и педагогов. «Донаучный период» песочной терапии в России проявился в использовании песочницы как дополнительного инструмента, как среды для коррекционно-развивающих занятий.

Накопленный эмпирическим путем материал сегодня начинает подвергаться научному осмыслению. Причем характерной чертой этого процесса является отнюдь не осмысление опыта в рамках некоторой психологической парадигмы. На первый план выступает анализ особенностей и закономерностей использования песочной терапии с различными категориями адресатов психологической, психотерапевтической и педагогической работы. Например, осмысляя опыт работы, специалисты отвечают на вопросы: как использовать песочницу с одаренными детьми, как — с детьми-инвалидами, в рамках семейной терапии, с пожилыми людьми, с девиантными подростками и пр.

С точки зрения используемых техник работы на российской земле наблюдается выраженный эклектизм. Применяются юнгианские, психоаналитические, психодраматические, арт-терапевтические, гештальтские, психокинетические и другие техники под общей идеей «главное, чтобы человеку помогло». Здесь явно проявляется интуитивное начало специалиста. Такой подход несколько удивителен для западного мира, но у нас оказывается весьма

эффективным.

Таким образом, необработанность российской концепции песочной терапии (с учетом российского менталитета, особенностей восприятия и характера) создает, с одной стороны, немало трудностей для использования песочной терапии и сертификации песочных терапевтов. С другой стороны, каждый специалист, отважившийся практиковать работу с песочницей, оказывается в пространстве творческого поиска и получает возможность внести свой уникальный вклад в процесс развития песочной терапии в России.

В своей работе я использую песочную терапию в различных коррекционно-развивающих программах, но наиболее эффективно использую при коррекции эмоционально-волевой сферы.

Эмоционально-волевая сфера— это сфера человека отвечающая за взаимосвязь эмоций и воли.

Должна сказать, что эмоционально-волевые состояния - это множество чувств и эмоций, и осветить, даже теоретически в полном объеме просто не возможно.

Я решила затронуть такую столь актуальную проблему, как страхи. В наше столь напряжённое время, когда дети находятся в постоянном хаотичном потоке информационного поля, когда нарушены детско-родительские отношения, нарушена коммуникативная составляющая детской дружбы возникает проблема страхов.

Страхи- это защитный механизм нашей психики. В результате естественного катарсиса (очищение) ребёнок учится познавать мир и приобретает способность отражать действительность. Но страхи это и отрицательные эмоциональные состояния потому что могут нанести существенный вред формирования личности ребёнка.

Именно ФГОС ДО способствует поддержанию разнообразия детства и направлен на позитивное становление ребенка и учёт индивидуальных потребностей, проявление инициативы и интересов, его возможности на разных этапах освоения образовательной программы дошкольного образования.

Посещая дошкольное образовательное учреждение, каждый ребенок получает возможность полноценно жить и развиваться, активно участвуя в специфически детских видах деятельности: игровой, коммуникативной, продуктивной, двигательной, познавательно-исследовательской.

1.2. История изучения эмоциональных состояний в педагогике и психологии

Наверно нет не одного человека который не испытывает эмоции. Ещё в античные времена эмоциям отводили ведущую роль в развитии человечества. Эмоциональными состояниями наделяли мифические персонажи чтобы очеловечить и через них фрустрировать собственные переживания и мечты.

Эмоциональность – это основная психофизиологическая особенность детского возраста. Многообразие эмоциональных проявлений человека выражается в эмоциональных реакциях, эмоциональных процессах, чувствах, эмоциональных состояниях, отношениях, устойчивых чертах личности. Термин «эмоции» в широком смысле объединяет все эти понятия. Эмоциональные явления, внешнее выражение эмоций давно вызывают у психологов практический и научный интерес. Эмоциональные состояния представляют собой целый класс эмоциональных явлений и являются специальным предметом молодой отрасли психологической науки – психологии состояний, а также большой области психологического знания – психологии эмоций. Изучение эмоционального состояния как самостоятельного психологического феномена возможно на стыке психологии эмоций и психологии состояний. Эмоциональное состояние рассматривается также в инженерной психологии, психологии труда, воз В психологическом словаре [В. П. Зинченко, Б. Г. Мещеряков, 1997] эмоции (от французского «emotion», от латинского «emovere» – волную, потрясаю) определяются как особый класс психических процессов и состояний, связанных с инстинктами, потребностями и мотивами, отражающих в форме непосредственного переживания (удовлетворения, радости, страха и т. д.) значимость действующих на индивида явлений и ситуаций для осуществления его жизнедеятельности. Данное определение позволяет сделать вывод о том, что формой существования эмоций является актуально переживаемое состояние. В психологии эмоции традиционно делятся на чувства, аффекты, собственно эмоции и настроение. И всё же изучение эмоциональных состояний как отдельного целостного психологического явления начинается с момента выделения психологии состояний в самостоятельную отрасль психологической науки. Психология состояний рассматривает различные классы психических состояний: деятельностные, мотивационные, волевые, в том числе и эмоциональные.

История изучения психических состояний как самостоятельного психологического феномена началась в 50 – 60 годы XX века. основополагающие постулаты в области психологии состояний одним из первых выдвинул отечественный учёный Н. Д. Левитов [1964]. В своей монографии он достаточно полно сформулировал общие задачи изучения психических состояний, актуальные для психологической науки и в настоящее время. Они состоят в следующем:

1. Выделить психические состояния в самостоятельную психологическую категорию и установить связь этой категории с другими психическими явлениями.
2. Дать классификацию психических состояний.
3. Дать подробную феноменологическую характеристику психических состояний.

4. Изучить механизмы возникновения, развития и исчезновения психических состояний.
5. Исследовать особенности психических состояний при различных видах деятельности и при различных условиях внешней среды.

В качестве отдельной задачи Н. Д. Левитов выделяет изучение психических состояний при грубых нарушениях психической деятельности. Общая цель этих исследований, очевидно, сводится к тому, чтобы разработать надёжную практическую систему управления психическим состоянием» [цит. по: Немчин 1983].

Анализ библиографии, посвященной проблеме психических состояний, показывает фрагментарность и разноплановость исследований в данной области. Среди авторов отмечаются разные мнения относительно природы и регуляционных механизмов состояний. Психология состояний как отрасль психологической науки находится на стадии формирования, накопления эмпирических знаний и оформления теоретической базы. «Психология состояний – это отрасль, изучающая природу, механизмы, закономерности протекания психических, функциональных, эмоциональных состояний, осознаваемых или неосознаваемых личностью в процессе деятельности, общения и поведения» [Агавелян, 2004].

1.3. Особенности развития эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста

Содержание требований ФГОС ДО включает в себя все основные требования дошкольного образования. Прежде всего, обеспечение условий, возможностей для полноценного проживания каждым ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного).

Для того, чтобы случилось полноценное проживание ребенком каждого возрастного этапа, взрослый, находящийся с ребенком обязан понимать особенности каждого возраста. Основной линией развития рассматриваемой способности ребенка старшего дошкольного возраста является переход от бессознательного произвольного аффективного реагирования на внешние раздражители в раннем возрасте к сознательному пониманию социальных эмоций и чувств других людей, произвольному выражению ребенком многообразия доступных ему переживаний к концу дошкольного возраста.

Как отмечает В. Н. Белкина [1, с. 93], к основным достижениям в развитии способности к пониманию и воспроизведению собственных чувств и эмоций у детей к концу дошкольного возраста можно отнести:

- 1) изменение экспрессивной стороны эмоций и чувств. Ребенок усваивает «язык» чувств: учится с помощью взглядов, жестов, мимики, позы, движений, интонаций голоса выражать свои переживания;
- 2) ребенок может словами объяснить собственное состояние, хотя в этом смысле его возможности ограничены, т. к. понятия, обозначающие эмоциональные состояния, находятся в дошкольном возрасте на стадии формирования;
- 3) ребенок постепенно овладевает умением сдерживать бурные выражения чувств., т. е. начинает понимать как нужно вести себя в той или иной ситуации.

Т. В. Гребенщикова [6, с. 44-46], определяя особенности педагогической поддержки эмоционально-экспрессивного развития детей в дошкольном образовательном учреждении, обобщая работы Т. В. Гармаевой [4], А. С. Золотняковой [7], Е. И. Изотовой [8], В. А. Лабунской [11], А. М. Щетининой [22] и др., отмечает, что в дошкольном возрасте должна развиваться функция эмоционального контроля над экспрессией, которая способствует возникновению и увеличению отрыва выражения эмоций от их переживания.

На мой взгляд в дошкольном возрасте ребенок осваивает три произвольных формы выражения эмоций

- овладение социально приемлемыми формами выражения эмоций;
- овладение способами подавления эмоций и их маскировки;
- овладение приемами имитации эмоций.

Таким образом основным направлением психики ребёнка в старшем дошкольном возрасте является переход от произвольного к произвольный характер управления своими эмоциями и чувствами. Происходит развитие собственной эмоциональной выразительности, что сказывается в большем богатстве интонации, оттенков мимики. Характерной особенностью является эмоциональная впечатлительность, отзывчивость на всё яркое, необычное,

красочное (Якобсон П.М.,1976).

Со временем ребёнок начинает сдержанно выражать свои эмоции, особенно когда находится среди сверстников, боясь, их осуждения.

Сейчас я с уверенностью могу утверждать, способность выражать эмоции происходит по физиологическим механизмам. Проявляются психосоматическое единство и взаимодействия, взаимные влияния и интеграции нервных и гуморальных механизмов. Субъективное выражение эмоций связано с функционированием неспецифической активирующей системы мозга, гипоталамусом, лимбической системой, базальными ганглиями и передним и височными отделами новой коры. Вследствие чего за наши эмоции отвечает лобно-височная кора. Именно в старшем дошкольном возрасте время кризиса семи лет, происходит скачок гормонов что приводит к эмоциональным выражением страхов, агрессии, гнева, радости, застенчивости.

В этом возрасте развиваются социальные эмоции, такие как самолюбие, чувство ответственности, чувство доверия к людям и способность к сопереживанию.

Приобретение навыков социального взаимодействия с группой сверстников и умение заводить друзей является одной из важных задач развития ребёнка в этом возрастном этапе. Но ребёнок находится в большой эмоциональной зависимости от взрослых и родителей. Следует отметить, что неадекватные аффективные реакции в этом возрасте могут выражаться по-разному, в зависимости от индивидуальных особенностей ребёнка, таких как темперамент, характер, акцентуация характера, наследственные факторы и носят защитный, компенсаторный характер(А.А.Реанн,2003г. «Психология детства»).

Таким образом, важно обращать внимание на развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста. Кроме того, важно обратить внимание на формирование у ребенка представления, что наряду с внешним миром, который можно увидеть, почувствовать, потрогать, есть и другой, скрытый — внутренний мир человека — мир желаний, настроений, переживаний, чувств.

У каждого человека есть свой внутренний мир, и чем лучше человек понимает себя и других, тем больше надежд на то, что он будет жить в мире с самим собой и будет понят и принят другими людьми. На мой взгляд, это является одним из важных условий успешной адаптации и социализации детей старшего дошкольного возраста с нарушениями речи, обеспечения их полноценного участия в жизни общества, эффективной самореализации в различных видах профессиональной и социальной деятельности..

1.4. Страх, как проблема и защитный механизм психики ребёнка

Острая восприимчивость и впечатлительность ребёнка могут привести к многочисленным страхам. Страх(фобии) –это эмоциональное состояние, возникающее в результате угрозы биологическому или социальному существованию человека и направленная на источник действительной или воображаемой опасности.

Психиатры и психофизиологи доказали чувства страха ,панические атаки поражают изменения в головном мозге и связаны с повышением уровня норэпинефрина(дефицит моноаминэргических путей), а также дефицитом гамма аминомасляной кислоты и серотонина в миндалевидном комплексе.

Захаров А.И. полагает, что страх условно делится на ситуативный и личностный. Ситуативный страх возникает в необычной, крайне опасной или шокирующей взрослого человека или ребенка обстановке, например при стихийном бедствии, нападении собаки и т. д. Часто он появляется в результате психического заражения паникой в группе людей, тревожных предчувствий со стороны членов семьи, тяжелых испытаний, конфликтов и жизненных неудач. Личностно обусловленный страх предопределен характером человека, например его повышенной мнительностью, и способен появляться в новой обстановке или при контактах с незнакомыми людьми. Ситуативно и личностно обусловленные страхи часто смешиваются и дополняют друг друга.

Страх также бывает реальный и воображаемый, острый и хронический. Реальный и острый страхи предопределены ситуацией, а воображаемый и хронический – особенностями личности.

Страх и тревога как относительно эпизодические реакции имеют свои аналоги в форме более устойчивых психических состояний: страх – в виде боязни, тревога – в виде тревожности. Общей основой всех этих реакций и состояний является чувство беспокойства. Если страх и отчасти тревога – скорее, ситуативно обусловленные психические феномены, то боязнь и тревожность, наоборот, личностно мотивированы и, соответственно, более устойчивы.

Несмотря на то, что страх – это интенсивно выражаемая эмоция, следует различать его обычный, естественный, или возрастной, и патологический уровни. Из своей практике я сделала вывод, что страх кратковремен, обратим, исчезает с возрастом, не затрагивает глубоко ценностные ориентации человека, существенно не влияет на его характер, поведение и взаимоотношения с окружающими людьми. Более того, некоторые формы страха имеют защитное значение, поскольку позволяют избежать соприкосновения с объектом страха

3. Фрейд в своей классификации делит страхи на два вида: реальный и невротический. Реальный страх вполне понятный, он реакция на появление внешней опасности. Невротический уже проявление болезни, фобии [Эберлейн, 1981]. К наиболее распространенным относят следующие виды страхов. Биологические страхи – страхи, связанные непосредственно с угрозой жизни и здоровью. Это может быть страх пред: хищниками, болью, огнем, водой, явлениями природы: грозой, молнией, затмением, ураганом. Социальные страхи могут вытекать из страхов биологических, но, всегда имеют специфический социальный компонент, который в них выходит на первое место, отесняя более

примитивные факторы выживания. Специфика социальных страхов в их опосредованном характере и в их чрезвычайной распространенности. Так все люди, в большей или меньшей степени, боятся болезней и смерти, страшатся бедности и возможности возникновения войны.

Внутренние (экзистенциальные) – связанные с внутренней сущностью человека. Экзистенциальные страхи присущи всем людям. Эти страхи спрятаны глубоко под сознанием и не могут осознаваться человеком. Из-за глубины и неконкретности содержания, экзистенциальные страхи практически не поддаются полному излечению.

Экзистенциальные страхи делят на четыре основные группы:

- а) страх перед временем – страх старости и смерти, перед неизвестностью будущего;
 - б) страх перед пространством может принимать различные формы, из которых основными являются: страх перед замкнутым пространством, страх перед открытым пространством, страх темноты, страх глубины;
 - в) страх жизни, выражается в страхе перед непознаваемостью жизни: страх перед непонятным, страх перед таинственным, перед загадочными явлениями перед бессмысленностью бытия;
 - г) страх перед собой. Страх и непонимание себя, своих мыслей, сойти с ума, каких-то проявлений своей личности: страх перед своими возможными поступками или мыслями, страха потерять контроль над собой [Алексеева, 2006].
- Психиатр Б.Д. Карвасарский выделял восемь главных фабул страха.

Первая группа по классификации Б.Д. Карвасарского связана с боязнью пространства. Вторая это социофобии, третья группа, относятся нозофобии – страхи заболеваний. Четвертая танатофобия – страх смерти, пятая – страхи связанные с сексуальной сферой, шестая фабула – страх причинить вред себе и близким, седьмой – «контрастные» фобии (например, страх громко нецензурно выразиться в обществе, совершить что-то непристойное, грязное). Восьмая группа страхов это фобофобии, или боязнь страхов.

Причинами детских страхов, по мнению отечественного исследователя А. И. Захарова, могут быть гнев, угрозы по отношению к ребенку, постоянные запреты родителей и учителей. Самыми распространенными являются внушенные страхи. Источниками внушенных страхов выступают взрослые и окружающие ребенка (родители, бабушки, воспитатели, педагоги и др.), которые иногда очень эмоционально, произвольно предупреждают ребенка об опасности, которая в данный момент не осознается им.

На мой взгляд причинами страхов могут быть и сами дети. Они часто фантазируют себе чудовищ и монстров, например, в темной комнате, когда находятся одни. Либо делятся страшными историями со своими сверстниками, таким образом передают свои страхи другим.

Страх играет важную роль в жизни ребенка. С одной стороны, он может уберечь от опасных и необдуманных поступков. Но, с другой стороны, устойчивые страхи задерживают развитие личности, тормозят творческую деятельность, способствуют формированию низкой самооценки и повышенной тревожности. Поэтому наиболее актуальной для практической психологии и педагогики является задача поиска самых эффективных способов коррекции

страхов младшего школьного возраста. Термин «коррекция» в переводе с латинского языка означает «поправка, частичное исправление или изменение». Психологическая коррекция понимается как определенная форма психолого-педагогической деятельности, направленная на исправление конкретных особенностей психического развития, не соответствующих норме или возрасту.

Для этого психологу и социальному педагогу нужно развивать у ребенка уверенность в себе, эмоциональную устойчивость, коммуникативные навыки, а также стимулировать его к творческой деятельности.

Таким образом, для эффективного коррекционного воздействия на ребенка необходимо знать:

- что такое страх;
- какую функцию он выполняет;
- как возникает и развивается;
- чего больше всего боятся дети и почему;
- как предупредить страхи у детей, и что предпринять, если они уже есть.

Для себя я делаю вывод страхи – это естественная реакция на настоящую или вымышленную опасность. Нужно помнить, что малыш живет в собственном мире, где сказочные персонажи реальны, а неодушевленные предметы могут оживать. Именно поэтому маленький ребенок иногда видит угрозу там, где ее нет. Вне зависимости от того, чем вызвана и как проявляется боязнь, взрослые должны относиться к детским страхам и их коррекции серьезно.

Мои наблюдения свидетельствуют, природа всегда заботится о своих детях и сделала эффект компенсации благодаря страхам, возможно дети **проводят самопроизвольный вербализированный катарсис.**

1.5. Основные понятия, термины, используемые в описании педагогического опыта

ФГОС ДО предполагает активное и целесообразное использование в своей профессиональной деятельности множество терминов, которые являются общего и специфического значения, согласно методам используемой психотерапии.

В песочной терапии я использую следующую терминологию.

1. **Архетипы** (от греч. *arche* – начало + *typos* – образ) — элементы коллективного бессознательного. Представляют собой врожденные диспозиции, обуславливающие появление у конкретного индивида определенных мыслей, представлений, отношений, действий, снов. Архетипы, сохраняясь в форме коллективного бессознательного, присущего каждому индивиду, являются результатом многовекового опыта наших предков. При этом речь идет не о конкретном, четко очерченном представлении, образе, или эмоции, но о некоторых врожденных предписаниях общего плана, побуждающих к активности или реагированию на ситуацию. Данные предписания приобретают конкретную, в том числе образную, форму уже в рамках той или иной культурной среды и могут выражаться в продуктах творческой деятельности как типичные персонажи мифов, сказок или священных писаниях (Большая мать, Мудрый старик). Архетипы коллективного бессознательного, взятые в аспекте исходных форм, а не дальнейших конкретных выражений, Юнг соотносил с инстинктивным поведением животных. Как он писал, „архетипы имеют не содержательную, но исключительно формальную характеристику, да и ту лишь в весьма ограниченном виде. Содержательную характеристику первообраз получает лишь тогда, когда он проникает в сознание и при этом наполняется материалом сознательного опыта. Напротив, его форму можно сравнить с системой осей какого-нибудь кристалла, которая до известной степени реформирует образование кристалла в маточном растворе, сама не обладая вещественным существованием“.
2. **Ассоциация** (от лат. *associatio* – соединение) — связь между двумя психическими элементами, возникшая в результате опыта и обуславливающая при актуализации одного элемента связи проявление и другого. В различных направлениях ассоциативной психологии было предложено выделять ассоциации по типу их образования. Так были выделены ассоциации по сходству (красное – пурпурное), по контрасту (большое – маленькое), по смежности в пространстве или во времени (запах приправы к пище вызывает аппетит), причинно–следственные (сильный ветер – озноб). Было обнаружено, что сила связи зависит от ряда условий (сила впечатлений, вызываемых элементами связи, их новизна, а также способности индивида).
3. **Аффекты** (от лат. *affectus* – душевное волнение, страсть) — сильные эмоциональные переживания, которые возникают в критических условиях при неспособности найти выход из опасных и неожиданных ситуаций и которые сопряжены с выраженными двигательными и органическими проявлениями.

4. Аффективные дети — дети, имеющие устойчивые отрицательные эмоциональные переживания и деструктивное поведение. Это обусловлено неудовлетворением важных для их существования потребностей. Формы такого деструктивного поведения могут быть различными. Для одних детей в ситуации неуспеха характерно его неприятие, что может проявляться в браваре, заносчивости, в агрессивном поведении. Для других — снижение уровня притязаний, сопровождаемое неуверенностью в себе, боязнью разочарования, обидчивостью, ранимостью.

5. Воображение — способность человека к построению новых образов путем переработки психических компонентов, приобретенных в прошлом опыте. В воображении происходит образное предвосхищение результатов, которые могут быть достигнуты при помощи тех или иных действий.

6. Вытеснение — форма психологической защиты. Характеризуется тем, что при ее реализации происходит устранение неприемлемых влечений и переживаний из сознания.

7. Инсайт (от англ. insight – проницательность, проникновение в суть) — понятие, введенное в гештальтпсихологию в 1925 г. В. Келером. Обозначает внезапное усмотрение сути проблемной ситуации.

8. Инфантилизм (от лат. infantilis – детский) — форма задержки при прохождении стадий онтогенетического развития, при которой оказываются недоразвитыми как физические, так и психические функции. При этом сохраняется возможность полной компенсации психического развития в дальнейшем. Случаи инфантилизма могут быть обусловлены наследственными и внутриутробными факторами, инфекционными заболеваниями, перенесенными в раннем детстве, авитаминозом. Учитывая названные свойства, теоретически можно выделить бесчисленное множество разнообразных видов и форм эмоций. Однако известны и достаточно хорошо описаны лишь некоторые из них. Например, американский психолог К. Изард выделил целый ряд фундаментальных эмоций.

1. Интерес-возбуждение переживается как чувство захваченности и любопытства по отношению к чему-то или кому-то, как желание исследовать, узнать, расширить свой кругозор, вмешаться в события. Выступает как достаточно сильный и эффективный мотив соответствующей по содержанию деятельности, особенно познавательной. Эмоция интереса актуализируется ситуациями столкновения субъекта с соответствующим предметом или информацией, ситуациями необычности, противоречивости и новизны.

2. Скука- противоположной интересу является . Она возникает в ситуациях однообразия и монотонии.

3. Удивление. Возникает в аналогичных ситуациях новизны, необычности и противоречивости. Однако является довольно быстротечной эмоцией. Выступает как сильный познавательный мотив, побуждающий к соответствующим действиям: выяснить, узнать, уточнить, удостовериться и т.п.

4. Эмоция радости возникает в ситуациях реализации основных личностных потребностей и возможностей человека. Переживается как состояние удовольствия и наслаждения жизнью, как чувство удовлетворенности собой, другими людьми и окружающим миром. Часто сопровождается ощущением прилива сил, расширения возможностей и оптимизма.

5. Эмоция страдания по знаку противоположна эмоции радости. Она может переживаться как состояние уныния, пассивности, упадка духа, обескураженности, одиночества, депрессии, а в предельно острой форме – горя. Возникает в ситуациях депривации (лишения или существенного ограничения возможностей удовлетворения) основных жизненных потребностей, мотивов и устремлений личности, при утрате близких людей. Страдание имеет очень серьезные последствия для человека и является одним из важнейших условий духовного развития.

6. Эмоция гнева возникает в ответ на препятствие в достижении человеком страстно желаемых жизненных целей, а также в ситуациях, ограничивающих возможности самореализации. Среди причин гнева может быть личное оскорбление и унижение человека или его близких, обман, шантаж, разрушение состояния радости, надругательство над идеалами и светлыми ценностями и т.п. Гнев порождает прилив сил и неодолимое желание расправиться с обидчиком. Сильный гнев может перерасти в состояние ярости и аффекта. В этом случае человек теряет самоконтроль и возможность сознательно управлять своими действиями. Сила гнева зависит от степени неожиданности возникновения порождающих его причин, а также от значимости ущемленных личностных потребностей, отношений и ценностей. Чаще всего гнев бывает направлен на других людей. Однако он может быть направлен и на самого себя.

7. Эмоция стыда возникает в ситуациях, когда субъект обнаруживает несоответствие своих поступков, взглядов, мыслей, желаний, личностных качеств, отношений, особенностей внешнего облика, социальных характеристик разделяемым им самим нравственно-эстетическим нормам. Особенно остро это переживается на фоне сравнения себя с другими (большинством других, значимых других). При этом субъект ощущает себя плохим, никчемным, беспомощным, маленьким, слабым, никуда не годным, недостойным, глупым, непривлекательным, неудачником и т.п. Ему кажется, что все видят его недостатки и презирают его. Поэтому он испытывает острое желание уединиться, исчезнуть, «провалиться сквозь землю». Легкая форма стыда представляется как состояние застенчивости. Стыд парализует работу интеллекта, оказывает сильное влияние на действия и поступки человека, захватывает сознание, активизирует защитные механизмы личности. Преодоление стыда и достойный выход из соответствующего жизненного положения – сложные личностные проблемы.

8. Противоположной стыду является эмоция гордости. Она возникает в ситуациях, когда человек оказывается на высоте нравственно-эстетических требований. Он переживает свою значительность, важность, достоинство, ценность и т.п. и стремится продемонстрировать все это другим людям. На основе эмоций стыда и гордости происходит развитие устойчивого отношения к себе.

9. Эмоция отвращения возникает по отношению к объектам, явлениям или людям, в значительной степени не соответствующим нравственно-эстетическим требованиям субъекта. Они воспринимаются как уродливые, отвратительные, омерзительные и т.п. Это могут быть поступки, мысли и желания людей, конкретные предметы, продукты деятельности и др. Эмоция отвращения порождает желание изменить соответствующий объект (улучшить, усовершенствовать), уничтожить его или дистанцироваться от него.

10. Эмоция презрения по своей сущности соответствует эмоции отвращения. Однако возникает она только по отношению к людям, когда их поведение, мысли, поступки или какие-то личностные качества не соответствуют нравственным требованиям субъекта. При этом он испытывает чувство превосходства, гордости и желание отстраниться от презируемого лица или группы лиц.

11. Эмоция вины возникает в ситуациях, когда человек осознает свою причастность или ответственность за ущерб, страдания, неудачи, неудобства и невзгоды других людей. При этом он испытывает чувство раскаяния и осуждения самого себя (не успел, не смог, не предупредил, смалодушничал и т. п.), желание искупить свою вину (помочь пострадавшему, попросить прощения, объясниться). Способность взять на себя ответственность за собственные поступки, пережить чувство вины и искупить вину является одним из важнейших критериев личностной зрелости.

12. Эмоция страха возникает в ситуациях опасности и угрозы физическому или личностному существованию человека. В зависимости от степени этой угрозы она может переживаться как состояние неуверенности, тревоги, предчувствия беды, незащищенности, опасности, сильного ужаса, переходящего в неконтролируемый аффект. Способность преодолеть свой страх расценивается как сила и смелость человека.

Список базовых эмоций от Кэррола Изарда:

- Удовольствие – радость
- Интерес – возбуждение
- Удивление – испуг
- Горе – страдание
- Гнев – ярость
- Страх – ужас
- Отвращение – омерзение
- Стыд – унижение.

Характеристика различных эмоций

Эмоции ожидания и прогноза:

1. Волнение — в психологии эмоций волнение не рассматривается как самостоятельная категория. Оно является скорее бытовым понятием, отражающим состояние беспокойства, тревожности, страха. Речь идет о волнении, проявляемом человеком перед значимой для него деятельностью или встречей, а также об эмоциональном настрое на это. Волнение в таком случае понимается как повышенный уровень эмоционального возбуждения.

2. Тревога — понятие «тревога» было введено в психологию Фрейдом и в настоящее время многими учеными рассматривается как разновидность страха. Тревога является результатом активности воображения, фантазии будущего. Тревога появляется у человека вследствие наличия незаконченных ситуаций, заблокированной активности, не дающей возможности разрядить возбуждение. Тревога понимается как эмоциональное состояние острого внутреннего мучительного бессодержательного беспокойства, связываемого в сознании человека с прогнозированием неудачи, опасности или ожидания чего-то важного, значительного для человека в условиях неопределенности.

3. Страх — это эмоциональное состояние, отражающее защитную биологическую

реакцию человека или животного при переживании им реальной или мнимой опасности для их здоровья и благополучия. Следовательно, для человека как биологического существа возникновение страха не только целесообразно, но и полезно. Однако для человека как социального существа страх часто становится препятствием для достижения поставленных им целей.

4. Отчаяние — это состояние крайней безнадежности. Конкретные причины, которые могут привести человека в отчаяние, разнообразны, но все они должны создать у человека впечатление о непреодолимости грозящей ему опасности.

Удовлетворение и радость:

1. Удовлетворение — чувство удовольствия, которое испытывает тот, чьи стремления, желания, потребности исполнены и удовлетворены. Это исключительно психическое удовольствие, главное в котором — достижение цели.

2. Радость — это активная положительная эмоция, выражающаяся в хорошем настроении и ощущении удовольствия, сопровождается переживанием сильной удовлетворенности собой и окружающим миром.

Фрустрационные эмоции (фрустрация — расстройство, крушение планов, замыслов, надежд)

1. Обида — как эмоциональная реакция на несправедливое отношение к себе появляется тогда, когда задевается чувство собственного достоинства человека, когда человек сознает, что его незаслуженно унижают. Это бывает в случае оскорбления, обмана, неоправданных обвинений и упреков.

2. Разочарование — если ожидавшееся или обещанное событие не сбываются, то появляется неудовлетворенность, неудовольствие. Чем больше было обещано и чем важнее было ожидавшееся событие, тем большее разочарование испытывает человек, если его ожидания не оправдались.

3. Досада — это раздражение, недовольство вследствие собственной неудачи или неудачи близкого человека, любимой спортивной команды и т.п. Это сожаление часто с примесью злости на обстоятельства, человека, помешавших достижению задуманного. Злость при досаде часто выражается («разряжается») с помощью крепких выражений, в том числе и мата.

4. Гнев — понятие гнев синонимично понятиям негодование, возмущение, злость. По Э.Шострому, негодование — это заблокированная или неполная, а также лживая эмоция. Он считает, что негодование ненатурально и сдвинуто выражает страх. Многие из нас выражают гнев, хотя на самом деле чувствуют обиду и боль. Это происходит потому, что гнев — более предсказуемая эмоция. Легко предположить, что может случиться после гневного выступления одного человека: другая сторона тоже рассердится. Когда же один человек признается другому, что он обижен, случиться может все, что угодно, и реакция другой стороны непредсказуема.

5. Исступление — это крайняя степень возбуждения с потерей самообладания, чаще всего возникающая при фрустрации и проявляемая в этом случае как состояние бессильного гнева.

6. Печаль — это состояние душевной горечи, которое вызывается разлукой, чувством одиночества, неудачей в достижении цели, разочарованием, несбывшейся надеждой. Главной причиной является утрата чего-то значимого для человека.

7. Уныние — главной составляющей этой эмоции является оценка безысходности ситуации, связанной с удовлетворением потребности, влечения, с достижением

задуманного и желаемого. Уныние связано с неблагоприятным прогнозом на исход еще не закончившегося процесса, когда еще остаются какие-то шансы на успех.

8. Горе — это глубокая печаль по поводу кого-либо или чего-либо ценного, необходимого. Причинами могут быть: длительная разлука или утрата человека, к которому имеется привязанность; серьезная болезнь или увечье самого себя или близкого человека; утрата ценного имущества, потеря источника средств к существованию — это означает потерю источника удовольствия, радости, благополучия.

Коммуникативные эмоции:

1. Веселье — определяется как беззаботно-радостное настроение, выражается в склонности к забавам, смеху, в общем возбуждении, приводящем к восклицаниям, хлопанью в ладоши, бесцельным движениям.

2. Смущение — или состояние застенчивости определяют как замешательство, ощущение неловкости. Характерным для смущения является наличие легкой улыбки, пробегающей по лицу человека.

3. Смятение — паническая растерянность в состоянии тревоги.

4. Стыд — одно из проявлений смущения, это осознание собственной неумелости, непригодности или неадекватности в некой ситуации или при исполнении некоего задания, сопровождаемое негативными переживаниями — огорчением, беспокойством или тревогой.

5. Вина как отражение совести — переживание вины вызывается самоосуждением, сопровождается раскаянием и снижением самооценки. Иногда чувство вины бывает необоснованным и преувеличенным, нанося человеку вред: вызывает хроническую усталость, фригидность, может даже привести к самоубийству

6. Презрение — эту эмоцию рассматривают как одно из проявлений чувства враждебности. Это социальное отвращение к человеку, совершившему недостойный проступок. Спецификой этой эмоции является то, что, возникнув ситуативно, она не исчезает бесследно по окончании ситуации, а переходит в стойкое отрицательное отношение к данному человеку, т.е. в чувство.

Интеллектуальные эмоции:

1. Удивление — чувство неожиданности, к которому присоединяется сознание трудности примирить новое для нас явление с теми представлениями, которые уже имеются у человека.

2. Интерес — это чувство успешно удовлетворенной потребности, удовольствие от какого-либо процесса.

3. Чувство юмора — суть его не в том, чтобы видеть и понимать комическое там, где оно есть, а в том, чтобы воспринимать как комическое то, что претендует быть серьезным.

4. Эмоция догадки — это оценка некоторого нового, еще неосознанного результата решения задачи. Эмоция догадки переживается очень ярко, как озарение, т.е. внезапное прояснение чего-то в сознании, понимание.

5. Уверенность-неуверенность (сомнения) — это интеллектуальный процесс вероятностного прогнозирования того или иного события, достижения или недостижения цели, это вера в себя или потеря этой веры.

Характеристика различных чувств

1. **Симпатия** — это устойчивое положительное отношение к кому- или чему-нибудь, проявляющееся в приветливости, доброжелательности, восхищении, побуждающее к общению, оказанию внимания, помощи.
2. **Антипатия** — устойчивое отрицательное отношение.
3. **Привязанность** — чувство близости, основанное на симпатии.
4. **Дружба** — яркое воплощение избирательной привязанности.
5. **Влюбленность** — это относительно устойчивое эмоциональное отношение, отражающее страстное влечение к кому-нибудь.
6. **Любовь** — интимная привязанность, обладающая большой силой, настолько большой, что утрата объекта этой привязанности кажется человеку невозможной, а его существование после этой утраты — бессмысленным.
7. **Враждебность** — это неприязненное отношение к тому, с кем человек находится в конфликте. Сильно выраженное чувство враждебности обозначается как ненависть.
8. **Зависть** — это неприязненное, враждебное отношение к успехам, популярности, моральному превосходству или преимущественному положению другого лица.
9. **Ревность** — это подозрительное отношение человека к объекту обожания, связанное с мучительным сомнением в его верности, либо знанием о его неверности.
10. **Удовлетворенность** — устойчивое долгосрочное положительное эмоциональное отношение человека к чему-либо, возникающее в результате неоднократно испытанного удовлетворения в какой-то сфере жизни и деятельности и высказываемое в форме суждения.
11. **Счастье** — такое эмоциональное состояние человека, которое соответствует наибольшей внутренней удовлетворенности условиями своего бытия, полноте и осмысленности жизни

1.4.Взаимосвязь коррекции эмоциональных состояний(страхи) при использовании песочной терапии

Началом работы над опытом стал запрос воспитателей, родителей и результатов наблюдений за детьми в режимных моментах. Воспитывающие взрослые отмечали у детей такие проявления как: плохой сон, неуверенность, драчливость, отказ даже от интересной деятельности, страхи.

ФГОС ДО подчеркивает, что необходимо каждому ребенку, учитывая именно его особенности развития, обеспечить возможность обогащения (амплификации) развития. Педагогу важно понимать, что опираясь на имеющийся опыт ребенка, его достижения в развитии, необходимо на основе партнерского взаимодействия, в активной со стороны ребенка, совместной деятельности позволить ему на протяжении всего дня открывать новые горизонты познания, чувствовать этот мир, его оттенки, понимать собственные состояния, настроения, учиться созидать. Ребенок – субъект (активный участник) образовательных отношений.

За последнее десятилетие увеличилось количество детей с нарушениями, имеющими комбинированную форму, когда у ребенка одновременно нарушаются речь, развитие высших психических функций, состояние общей и мелкой моторики рук. Эти нарушения, если их вовремя не исправить в детском возрасте, вызывают трудности общения с окружающими, а в дальнейшем влекут за собой определенные изменения личности в цепи развития «ребенок - подросток - взрослый», мешая детям в полной мере раскрыть свои природные способности и интеллектуальные возможности.

Эмоциональное развитие дошкольника является одним из существенных условий, обеспечивающих эффективность процесса обучения и воспитания, его различных сторон.

Проблема нашего социального уклада, многих семей и детей, воспитывающихся в семьях, состоит в том, что развитие многих детей происходит в условиях обделенности ребенка, прежде всего материнской любовью (или в условиях внутрисемейной депривации). И этот страшнейший из всех дефицитов нашего времени — дефицит родительской любви — не проходит бесследно для развития ребенка. Прежде всего, это важно для осознания того, «какой Я есть»: желанный, любимый, нужный или же нежеланный, нелюбимый, постоянно раздражающий, а также для последующего формирования на этой основе отношения к миру — доверительного или, наоборот, агрессивного и враждебного.

Мой анализ результатов анкетирования педагогов, родителей показал необходимость проведения работы с детьми старшего дошкольного возраста по развитию эмоционально-волевой сферы.

Игра с песком как способ развития и самотерапии ребенка известен с древних времен. Податливость песка будит желание создать из него миниатюрную картину мира. Человек выступает в песочнице как созидатель — один жизненный сюжет меняет другой, следуя законам бытия: все приходит и все уходит, нет ничего такого, что было бы непоправимо разрушено, просто старое превращается в

нечто иное, новое. При многократном переживании этого ощущения человек достигает состояния душевного равновесия.

Игра с песком — это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Ребенок часто словами не может выразить свои переживания, страхи, и тут ему на помощь приходят игры с песком. Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения. А самое главное — он приобретает бесценный опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций, ведь в настоящей сказке все заканчивается хорошо!

Сказкотерапия предполагает работу на ценностном уровне. Именно обращение к сказке позволит вспомнить о простых и глубоких истинах, заново открыть их. Именно обращение к сказке позволит напитать душу добром, создавая ресурс противостояния злу и хаосу.

Песок нередко действует на детей как магнит. Их руки сами, неосознанно, начинают пересыпать и просеивать песок, строить тоннели, горы, выкапывать ямки. А если к этому добавить различные игрушки, тогда у малыша появляется собственный мир, где он выдумывает и фантазирует, и, в то же время, учится работать и добиваться цели. Для многих людей облечение мысли в слово трудно, особенно для детей. Но ведь ещё существует язык мимики, жеста, способный тонко выразить ощущения или чувства. Или - в рисунке, пластилине рука как бы выстраивает мосты между внутренним и внешним мирами. Тогда внутренний образ становится зримым во внешнем творении. Этот принцип положен в основу системы работы по песочной терапии.

Основополагающая идея песочной терапии сформулирована так: "Игра с песком предоставляет ребенку возможность избавиться от психологических травм с помощью перенесения вовне, на плоскость песочницы, фантазий и формирования ощущения связи и контроля над своими внутренними побуждениями. Установление связи с бессознательными побуждениями, особенно с архетипом самости, и их выражение в символической форме в значительной мере облегчают здоровое функционирование психики".

Цель песочной терапии - не менять и переделывать ребенка, не учить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать возможность ребенку быть самим собой.

Игра ребенка является символическим языком для самовыражения. Манипулируя игрушками, ребенок может показать более адекватно, чем выразить в словах, как он относится к себе, к значимым взрослым, к событиям в своей жизни, к окружающим людям.

Игра в песке дает средства для разрешения конфликтов и передачи чувств. Игрушки вооружают ребенка подходящими средствами, поскольку они, являются той средой, в которой может осуществляться самовыражение ребенка. В свободной игре он может выразить то, что ему хочется сделать. Когда он играет свободно, а не по чьей-то указке, он совершает целый ряд независимых действий.

Чувства и установки, которые ребенок, возможно, боится выразить открыто, можно, ничего не опасаясь, спроецировать на выбранную по собственному усмотрению игрушку. Во многих случаях игра с песком выступает в качестве

ведущего метода коррекционного воздействия. В других случаях - в качестве вспомогательного средства, позволяющего стимулировать ребенка, развить его сенсомоторные навыки, снизить эмоциональное напряжение и т.д. Часто можно использовать песочницу в качестве психопрофилактического, развивающего средства.

Известный американский педагог С. Куломзина отмечает, что игры с песком не только развивают творческий потенциал ребёнка, активизируют пространственное воображение, образно-логическое мышление, тренируют мелкую моторику руки, но ненавязчиво, исподволь настраивают детей на постижение моральных истин добра и зла, строят гармоничный образ мира.

Игры с песком разнообразны: обучающие игры обеспечивают процесс обучения чтению, письму, счёту, грамоте, развивают фонематический слух, а также позволяют проводить коррекцию звукопроизношения. С помощью игр с песком у детей можно успешно развивать интеллектуальные способности, тактильно-кинестетическую чувствительность, мелкую моторику.

Песочная терапия является эффективным средством для сенсорно-моторного и общего развития детей, особенно для детей с особыми потребностями в развитии. Первые контакты между детьми происходят в песочнице, там малыш получает первые практические навыки и умения. Песочная терапия ценна и тем, что здесь для ребенка создается стимулирующая среда, в которой он чувствует себя комфортно и защищено. Трогая руками песчинки малыш развивает мелкую моторику рук, а определяя количество песка, которое нужно насыпать в формочки, развивает глазомер. Песок развивает и творческие способности ребенка.

В течении десяти лет я активно использую методы арт-терапии и в особенности песочную терапию и сделала такие выводы. Игры с песком способствуют развитию общих речевых данных, силы и модуляции голоса, повышают эмоциональную отзывчивость. При проведении таких игр мы стараемся соблюдать главное правило - максимально поощрять фантазию и творческий подход, полностью исключив негативную оценку действий и результатов ребенка. В играх-упражнениях с песком и другими сыпучими материалами активно участвуют руки ребенка, тем самым, осуществляя познание окружающего мира. При работе с песком ребёнок фрустрирует свои страхи, происходит развитие мелкой моторике рук, познаёт прелесть песочной фантазии, развивает креативное мышление.

Именно в песочнице он проигрывает все тревожащие его проблемы. В результате он проходит естественный этап развития ведущего когнитивного процесса – воображения.

В песке ребёнок мечтает и воплощает свои задумки. **Мечтайте, ведь из мечты рождается реальность.**

2. Социально-психологический профиль старшей группы дошкольников, являющийся базой для формирования представляемого психолого-педагогического опыта работы

2.1. Психолого-педагогические особенности детей старшего дошкольного возраста.

Дошкольный возраст — самый длительный и сложный с точки зрения психического развития этап раннего онтогенеза. Сложен он и как объект психологического исследования.

Старший дошкольный возраст это финишный возраст дошкольного детства. Основным новообразованием выступает развитие активного воображения. Именно воображение является механизмом формирования ведущего вида деятельности такого как учебная. Ключевая линия дошкольного детства — это приобщение к ценностям культуры, а не обучение его письму, счету и чтению. И это приобщение происходит через игру. Эти ключевые задачи необходимо осознать и принять педагогам начальной школы.

ФГОС ДО обращает наше внимание на необходимость выбора таких методов и приемов, которые бы пробуждали у ребенка мотивацию к познанию и творчеству, способствовали формированию личности ребенка как носителя ценностных установок современного мира. «Мы должны учитывать, что дети открывают этот мир в эпоху информационного взрыва — информатизации, виртуальной реальности. Нужно сделать так, чтобы, играя в компьютерные игры, они не заигрались, чтобы они продолжали общаться с нами, взрослыми, и со своими сверстниками, а не только с виртуальными героями».

Основным процессом является переход от непроизвольного к произвольному управлению своим поведением и когнитивными процессами.

Подсознательно психика ребёнка готовится к большим нагрузкам, активной социальной жизни, к новым видам коммуникаций. Таким образом психика детей адаптируется к новой жизни-школьной.

Мотивационная составляющая жизнедеятельности перестраивается. Преобладает позитивный мотив на достижение успеха.

Формируется самосознание. Одной из линий развития самосознания является осознание своих переживаний. В конце дошкольного возраста ребенок ориентируется в своих эмоциональных состояниях и может выразить их словами: «я рад», «я огорчен», «я сердит».

Происходит освоение предметно-практической деятельности, способствующей выявлению разнообразных свойств предметов, а также пониманию отношений между предметами (временные, пространственные, количественные).

Освоение продуктивных видов деятельности (конструирование, лепка, аппликация, работа с природным материалом), способствующих сенсорному, умственному, речевому развитию ребенка.

Накопление языковых представлений, развитие фонетико-фонематических процессов, подготовка к обучению грамоте.

Уточнение, обогащение и систематизация словаря на основе ознакомления с предметами и явлениями окружающего мира.

Формируется диалогическая и монологическая форма речи, развивается навыки общения.

2.2. Социально-психологический портрет группы

Экспериментальная коррекционно-развивающая работа с использованием элементов сказкотерапии и песочной терапии проводилась в результате лонгитюдного наблюдения и по запросам родителей и педагогов в течении двух лет в подготовительной группе.

Основанием выбора песочной терапии послужило наличие в группе детей группы риска. Основными проблемами группы являлись такие проблемы как высокий уровень тревожности, чувства страха, двигательная расторможенность, СДВГ.

На начало проведения коррекционно-развивающей работы **выборка составила** 36 человек из них 24 девочек, что составляет 67%, 12 мальчиков, что составляет 33%.

Возрастной диапазон составил от пяти до семи лет.

Социальный статус. Из тридцати шести детей двадцать шесть из полных семей, что составляет 72%, десять из неполных семей, что составляет 28%.

Уровень коммуникативности следующий: 15 детей интроверты, что составляет 42%, 21 ребёнок экстраверты, что составляет 58%.

По степени восприятия информации 10 детей визуалы что составляет 27%, 20 детей аудиалы, что составляет 55%, 6 детей кинестеты. что составляет 18%.

По уровню развития когнитивных процессов показатели следующие.

У двадцати испытуемых наблюдается высокий уровень когнитивного развития, что составляет 55%, 16 испытуемых имеют средний уровень развития, что составляет 45% от общего количества детей.

Уровень тревожности составил: 21 испытуемый имеет высокий уровень тревожности, что составляет 58%, 15 испытуемых удовлетворительный, что составляет 42%.

3. Педагогический опыт

3.1. Описание основных методов и методик, используемых в предоставляемом педагогическом опыте

Среди множества методов в психологии я выбрала несколько. Свою работу я начала с психодиагностики тревожных состояний и страхов. В своём исследовании использовала следующие методики: Тест тревожности (Р.Тэмпл, В. Амен, М. Дорки), методика «Страхи в домиках» (Панфилова), методика «Лесенка» (В. Г. Щур).

После обработки и интерпретации полученных результатов я сформировала группу детей с высокими показателями тревожных состояний и страхов.

Среди множества методов и направлений психотерапии я остановилась на песочной терапии. Так как исходя из своего практического, профессионального опыта и при запросе на коррекцию эмоциональных состояний (страхи, тревожные состояния) однозначно использую песочную терапию.

К достоинствам терапии можно отнести индирективность терапевтической позиции, мягкое терапевтическое воздействие.

Исследователи отмечают, что песочная терапия оказывает существенное влияние на протекание процесса психологической коррекции у клиентов с алекситимическими нарушениями, с аутистическими сложностями характера, с синдромом.

В основе качественных методов лежат идеи субъективистской эпистемологии, контекстуально верифицируемой истины, множества способов концептуализации явлений. Сложные феномены, которые не поддаются измерениям и экспериментальным исследованиям, таковыми, например, являются переживания человека, могут быть качественно описаны, проанализированы и интерпретированы.

Преимущество песочной терапии выражаются в том, что она:

- способствует процессу индивидуализации;
- снимает скованность, освобождает творческий потенциал, внутренние чувства, обостряет восприятие и актуализирует воспоминания;
- развивает воображение, обеспечивает многократный опыт благодаря множественности символических значений;
- создает мост между бессознательным и сознательным, внутренним и внешним, духовным и физическим, невербальным и вербальным;
- позволяет снять контроль сознания, обеспечивает непосредственную игру, где нет никакого правильного или неправильного пути;
- является естественным языком для детей;
- не имеет ограничений для использования с детьми разных культур, рас, возрастов и интеллектуальных статусов;
- даёт ребёнку возможность от роли «пострадавшего» перейти к роли «создателя» своей жизни;

Но следует заметить при выборе я учитывала противопоказания к использованию терапии они следующие:

- Эпилепсия или шизофрения.
- дети с неврозами навязчивых состояний.
- Аллергия на пыль и мелкие частицы.
- Легочные заболевания.
- Кожные заболевания и порезы на руках.

Методы наглядные включают в себя:

- наглядно - слуховые / слушание музыки в аудиозаписи;/
- наглядно - зрительные / дидактический материал /;
- сенсорно - моторные / обследование /;
- тактильно - мышечные / индивидуальная помощь, помощь других детей, совместное выполнение, подражательное выполнение /;
- формы несловесной поддержки / улыбка, подбадривающее пожатие руки, мимоходное прижатие к себе, поглаживание по спине, голове, подмигивание, обнимание за плечи и т. д. /;
- элементы психогимнастики / релаксация, контактный массаж, дыхательные упражнения, тактильные обследования /.

Словесные методы:

- объяснение / краткое, четкое, эмоциональное /;
- указания /даются очень тихо, не отвлекая внимания других, обращены как ко всем детям, так и индивидуально /;
- вопросы / четкие, понятные. Этот словесный прием очень важен, он активизирует внимание, развивает мышление и память /
- Пояснения, уточнения;

Словесные приемы нежелательно использовать на фоне звучащей музыки.

Практические методы:

- метод упражнений / связан с многократным выполнением практических действий; выбором дидактического материала/;
- игра / занятия носят игровое содержание, это помогает заинтересовать и активизировать детей, войти в коммуникативный контакт, самореализоваться в деятельности, стабилизировать внутреннее состояние, вызвать положительные эмоции /.

Формы работы

Индивидуальные игры

Позитивно влияют на эмоциональное самочувствие детей, являются прекрасным средством для развития и саморазвития ребёнка.

Групповые игры

Игры с песком в группе направлены в основном на развитие коммуникативных навыков, т.е. умения гармонично и эффективно общаться друг с другом, взаимодействовать.

3.2. Актуальность педагогического опыта

Проблема эмоционально-волевой сферы в развитии дошкольника 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.

Эмоции играют важную роль в жизни детей: помогают воспринимать действительность и реагировать на неё. Положительные переживания воодушевляют человека в его творческих поисках и смелых дерзаниях, а отрицательные тормозят процесс развития.

Ещё Гиппократ признавал, что решающую роль в понимании внутренних процессов, происходящих в организме, играют эмоции.

Психологи считают, что все изменения в познавательной деятельности, которые происходят на протяжении детства, необходимо связывать с глубокими изменениями в эмоционально-волевой сфере личности ребёнка.

Эмоции воздействуют на все психические процессы: восприятие, ощущение, память, внимание, мышление, воображение, а также на волевые процессы. Поэтому проблема развития эмоций и воли, их роли в возникновении мотивов как регуляторов деятельности и поведения ребенка является одной из наиболее важных проблем психологии и педагогики.

Итак, центральная психическая функция дошкольников - эмоциональная. С одной стороны, им необходимы яркие эмоциональные впечатления, а с другой стороны - игры, упражнения, которые помогают детям научиться управлять эмоциями, исправлять и их осознавать. Если эта магистральная линия развития - линия развития эмоций - нарушается, нарушается и нормальный процесс личностного развития в целом. Поэтому формирование и коррекцию недостатков эмоционально-волевой сферы необходимо рассматривать в качестве одной из наиболее важных, приоритетных задач воспитания, развития ребенка. Реализация специфических возрастных возможностей психического развития происходит благодаря участию дошкольников в соответствующих возрасту видах деятельности. Все вышесказанное объясняет актуальность выбранной темы.

Вопрос о значении восприятия и переживания сказки для психического развития ребенка, становления его как личности остается одним из актуальных и обсуждаемых в психолого-педагогической литературе. Связано это с открытием новых возможностей работы со сказкой, которая открывается для читателей и исследователей не только как культурологический феномен, но и как феномен психологический, как форма духовного опыта человечества. Эти положения отразились в современном методологическом направлении работы со сказкой, получившем название сказкотерапия.

Сказкотерапия – «метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром» (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева). Сказка, ее восприятие, проживание ее нравственного урока является условием формирования гармоничной личности ребенка и, в то же время, она может выступать инструментом воздействия на эмоциональную сферу ребенка, напрямую связанную с воображением.

Таким образом, в сказке и через восприятие сказочного мира можно создать необходимые условия для развития эмоциональной сферы дошкольника.

Игра с песком – это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Поэтому мы, взрослые, можем использовать песочницу в развивающих и обучающих занятиях. Перенос традиционных педагогических занятий в песочницу дает больший воспитательный и образовательный эффект, нежели стандартные формы обучения.

- Во-первых, существенно усиливается желание ребенка узнавать что-то новое, экспериментировать и работать самостоятельно.
- Во-вторых, в песочнице мощно развивается тактильная чувствительность как основа «ручного интеллекта». Соприкасаясь пальцами с песком, ваши нервные окончания посылают сигналы в мозг и начинают стимулировать его работу.
- В-третьих, в играх с песком более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление).
- В-четвертых, совершенствуется предметно-игровая деятельность, что в дальнейшем способствует развитию сюжетно-ролевой игры и коммуникативных навыков ребенка.
- В-пятых, песок, как и вода, способен «заземлять» отрицательную энергию, что особенно актуально в работе с «особыми» детьми.

Таким образом, обнаруживается противоречие между необходимостью развития эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста через использование песочной терапии и недостаточной проработкой этого процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Психологи XX века видели причину тревог и страхов в развитии цивилизации и огромном потоке информации, лавиной обрушивающемся на человека. Современная психология рассматривает тревогу как социальное явление.

Учёный К. Изард объясняет различие терминов «страх» и «тревога» таким образом: тревога - это комбинация некоторых эмоций, а страх - лишь одна из них. Российский психолог А. И. Захаров считает, что страх - это одна из фундаментальных эмоций человека, возникающая в ответ на действие угрожающего стимула. А.И.Захаров отмечает, что страх может развиваться у человека в любом возрасте: у детей от 1 года до 3 лет нередки ночные страхи, на 2-ом году жизни, наиболее часто проявляется страх неожиданных звуков, страх одиночества, страх боли (и связанный с этим страх медицинских работников). В 3-5 лет для детей характерны страхи одиночества, темноты и замкнутого пространства. От 5 —7 лет ведущим становится страх смерти. От 7 до 11 лет дети больше всего боятся «быть не тем, о ком хорошо говорят, кого уважают, ценят и понимают» Каждому ребенку присущи определенные страхи. Однако, если их очень много, то можно говорить о проявлениях тревожности в характере ребенка.

До настоящего времени еще не выработано определенной точки зрения на причины возникновения тревожности. Объективный подход к рассмотрению эмоции страха требует указать на то, что, несмотря на свою отрицательную окраску, страх выполняет разнообразные функции в жизни человека. На всем протяжении человеческой истории страх сопровождал людей, выражаясь в боязни темноты, огня, природных явлений. Страх мобилизовал научный и творческий потенциал людей на борьбу со стихией. Страх играл и играет защитную роль, позволяя избежать встречи с опасностью. Страх также выступает своеобразным средством познания реалий окружающего мира, приводя к более критическому и избирательному отношению к явлениям жизни.

Поэтому, по моему мнению, страх можно рассматривать как естественное сопровождение человеческого развития.

3.3. Научность в представляемом педагогическом опыте

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

- принципах феноменологического подхода, разработанных учителем М.Хайдеггера - Э. Гуссерлем [6]. Это означает на практике, что явления описываются такими, какими они осознаются;
- Принцип субъективности и множественности перспективы переживаний (т.е. при рассказе ребёнка о себе и своей жизни - терапевт слушает, спрашивает и никак не оценивает, не осуждает и не одобряет).
- Принцип экзистенциального подхода, по меткому выражению М.Хайдеггера, требует не рассчитывать, а считаться с ребёнком.
- Принцип индивидуального подхода к детям – развитие мелкой моторики и координации движений пальцев рук осуществляется посредством дифференцированного подхода к каждому ребёнку, исходя из знаний особенностей его развития.
- Принцип игровой подачи материала - в своей работе мы опираемся на ведущий вид деятельности - игру.

Так как субъектами моего исследования дети дошкольного возраста, при работе использовала следующие принципы по детской 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.
5. Но самое главное: песочная терапия — это игры с песком, где «Правил не существует!»

В своей работе использовала такие инновационные, интерактивные, здоровьесберегающие технологии:

- песочные столы с цветовой подсветкой,
- интерактивную доску,

- рейбуки,
- цифровые образовательные программы «Диагностическое лото. Социально-личностное развитие», «Фантазёры»,
- элементы сказкотерапии,
- элементы цветотерапии и музыкотерапии,
- методы активной релаксации и мышечно-ориентированной терапии.

Требуется сказать, существуют основные правила работы в психотерапевтической группе. Остановимся на них.

Основные принципы работы в психотерапевтической группе

Правило 1. Каждый участник принадлежит группе, независимо от того, что он думает, чувствует или делает в настоящий момент, а также независимо от того, что другие о нем думают, говорят или чувствуют по его поводу.

Это правило должно обеспечить удовлетворение фундаментальной потребности каждого участника — потребности в принадлежности. Только следуя этому правилу, группа может создать атмосферу безопасности и стать сплоченной. Это лучшая страховка против раскола группы и формирования подгрупп. Ведущему нужно постоянно обращать внимание группы на это правило, так как участники часто забывают о нем, чтобы внешне и внутренне изолировать «неудобных» членов группы.

Правило 2. Каждый участник имеет право чувствовать то, что он чувствует. Это правило подчеркивает автономию индивида. Никто не может точно сказать, что происходит в душе другого. Часто участники это забывают и проецируют свои чувства и мысли на других, упражняясь в искусстве чтения мыслей и предсказаниях. Только у самого человека есть доступ к его внутренней жизни, и никто не знает об этом больше, чем он. Если я говорю, что у меня болит сердце, никто не может сказать, что это неправда. В то же время необходимо учитывать, что иногда участник может говорить неправду, либо потому, что не знает правды, либо потому, что не хочет ее сообщать. Я должен это уважать — в лучшем случае я могу сказать: «Я тебе не верю».

Правило 3. Контакт возникает раньше, чем согласие и сотрудничество.

Это правило означает, что простые коммуникативные процессы первичны по отношению к более сложным процессам формирования согласия и сотрудничества. Люди обладают различными потребностями и имеют разные представления о целях групповой работы. Им будет гораздо легче работать над поставленной перед ними задачей, если сначала они установят контакт друг с другом. Это создаст почву для разрешения будущих конфликтов и достижения согласия.

Правило 4. Все, что услышано и увидено в группе, является конфиденциальной информацией.

Это правило тем важнее, чем больше откровенности в группе. Оно означает, что никто не должен рассказывать третьим лицам о том, что другие участники делают

или говорят в группе. Члены группы могут выносить за ее пределы только то, что касается их лично. Не разрешается сообщать имена участников, равно как и ничего такого, что может облегчить их узнавание. Особенно важно соблюдение этого правила при работе в организациях.

Правило 5. Нельзя говорить об участниках группы в третьем лице, можно говорить, только обращаясь непосредственно к ним. Соблюдение этого правила гарантирует непосредственный коммуникативный контакт между присутствующими.

Правило 6. Участники стремятся быть в настоящем, сосредоточившись на том, что происходит «здесь и теперь». Это правило позволяет группе избежать застревания на обсуждении прошедших событий и чрезмерного увлечения планами на будущее. Если я хочу иначе отнестись к своему прошлому и, может быть, иначе вести себя в будущем, я должен работать с настоящим. Соблюдение этого правила позволяет сохранять в группе живое и динамичное взаимодействие.

Правило 7. Каждый участник группы говорит от первого лица. Это правило логически следует из аксиомы автономии. Если участник говорит «мы» или использует безличные предложения («Это злит меня» вместо «Я злюсь»), то тем самым он избегает ответственности в общении. За соблюдением этого правила следить легче всего, оно помогает оживить «заскорузлые» коммуникативные структуры.

Правило 8. Участники должны избегать обобщений. Это правило необходимо соблюдать как в серьезной работе над проблемой, так и в непосредственном общении. Оно означает, что чем более конкретны высказывания участника, тем он более реалистичен.

Правило 9. Нельзя задавать вопросов «почему?», но можно спрашивать «что?» и «когда?». Надо стремиться формулировать собственные высказывания как можно более ясно и четко.

Это правило учитывает, что многие вопросы являются манипулятивными и содержат в себе скрытую критику. Если кто-то действительно хочет задать вопрос для того, чтобы получить информацию, он должен стараться сформулировать его таким образом, чтобы ответом ему были факты, а не теории.

Правило 10. Во время работы группы запрещены посторонние разговоры. Это правило не дает посторонним разговорам разрушить возникший в группе контакт.

Правило 11. Каждый участник в любой момент времени имеет право сказать «нет». Это правило означает, что все члены группы могут свободно дозировать свое

сопротивление и стремиться к собственной автономии. Суть этого правила нужно четко обозначить в самом начале работы и постоянно напоминать о нем. С этой целью ведущий может все время спрашивать: «Что ты хочешь сделать сейчас? Подходит ли тебе это?» Принятие отказа — лучшая возможность пробудить в участниках желание экспериментировать.

Организация игрового процесса проходит в пять этапов

Первый этап — демонстрация песочницы.

Обычно мы говорим детям следующее. «Посмотрите наша песочница заполнена песком наполовину, поэтому видны голубые борта. Как вы думаете, зачем это нужно? Действительно, борта символизируют небо. У песочницы есть еще один секрет если мы с вами раздвинем песок, то обнаружим голубое дно. Как вы думаете а это зачем нужно? Действительно, дно символизирует воду Вы можете создать реку, озеро, море и даже океан. А с помощью кувшина с водой сухой песок легко превращается во влажный. Вы можете создать любой ландшафт — и горный, и холмистый, и равнинный. Словом, здесь все подвластно вашей фантазии».

Второй этап — демонстрация коллекции фигурок.

Обычно мы говорим детям следующее. «Посмотрите здесь много самых разнообразных фигурок. Вы можете их рассмотреть, подержать в руках. Здесь есть и деревья, и дома, и люди, и многое другое. Создавая свой мир, свою картину в песочнице, вы можете использовать разные фигурки».

Третий этап — знакомство с правилами игр на песке.

Очень часто педагоги задают нам такие вопросы. «Как научить детей бережному отношению к песку? Как запретить кидать песок в глаза товарищам? Как объяснить, что рушить созданное другими нельзя?» Действительно, игры с песком выдвигают значительное число ограничений, запретов. Чтобы избежать нравоучений, мы рекомендуем познакомить детей с правилами в контексте некоего ритуала, постоянно повторяющегося действия, в котором эти правила проживаются и проигрываются.

Четвертый этап — формулирование темы занятия, инструкций к играм, основное содержание занятия.

Пятый этап — завершение занятия, ритуал выхода.

Завершая работу в песочнице, ребяташки разбирают свои постройки, расставляют игрушки на полки стеллажа; разравнивают песок, кладут ладони на поверхность песка и произносят слова благодарности.

Для организации процесса песочной терапии потребуются песочница (ящик для песка), песок, вода, коллекция миниатюрных фигурок

ПЕСОЧНИЦА

Размер

Песочница представляет собой деревянный ящик. Традиционный его размер в сантиметрах 50x 70x 8 (где 50 x 70 — размер поля, а 8 — глубина). Считается, что такой размер песочницы соответствует объему поля зрительного восприятия. Мы немало экспериментировали с размером и формой песочницы и пришли к выводу, что данный размер действительно наиболее удачен и гармоничен. Традиционный размер песочницы предназначен для индивидуальной работы. Когда мы переходим к групповой работе, пространство традиционной песочницы оказывается слишком малым, поэтому для групповой работы мы рекомендуем использовать песочницу размером 100 x 140 x 8 см.

Материал

Традиционным и предпочтительным материалом является дерево. В практике работы с песком во многих дошкольных учреждениях используются пластиковые ящики, но в них песок не «дышит».

Цвет

Традиционная песочница сочетает естественный цвет дерева и голубой цвет. Дно и борта (за исключением верхней плоскости досок бортов) окрашиваются в голубой цвет. Таким образом, дно символизирует воду, а борта — небо.

Голубой цвет оказывает на человека умиротворяющее воздействие. Кроме того, наполненная песком «голубая» песочница являет собой миниатюрную модель нашей планеты в человеческом восприятии. Может ли песочница быть другого цвета? Почему бы и нет! Цвет бортов может меняться. Экспериментировать с разноцветными бортами песочницы можно при помощи разноцветных дощечек, по размеру четко подогнанных под борта песочницы. Если позволяют средства и пространство кабинета, можно экспериментировать и с разноцветными песочницами, когда дно и борта окрашиваются в один или несколько цветов. Если они одинакового размера, их можно хранить, складывая друг на друга и образуя таким образом сказочный домик. Крыша сооружается из соломы и веток дополнительно. Разноцветные песочницы полезны не только для терапевтической, но и для коррекционно-развивающей работы с ребенком.

Итак, песочница готова. Теперь ее можно на одну треть или наполовину заполнить чистым (промытым и просеянным), прокаленным в духовом шкафу песком. Используемый песок время от времени необходимо менять или очищать. Очищение производится не реже одного раза в месяц. Песок нужно изъять из песочницы, просеять, промыть и прокалить.

Для организации игр с песком вам будет необходим большой набор миниатюрных предметов и игрушек, в совокупности символизирующих мир. В классической песочной терапии существует следующая классификация предметов, используемых в процессе создания песочных картин.

- люди, разнообразные по полу возрасту, культурной и национальной принадлежности, профессиям, эпохе (от первобытных до современных) Позы должны быть как динамические, так и статические,

- наземные животные (домашние, дикие, доисторические),
- летающие животные (дикие, домашние, доисторические),
- обитатели водного мира (разнообразные рыбы, млекопитающие, моллюски, крабы),
- жилища с мебелью (дома, дворцы, замки, другие постройки, мебель различных эпох, культур и назначения),
- домашняя утварь (посуда, предметы обихода, убранства стола),
- деревья и другие растения (цветы, трава, кустарники, зелень и пр),
- объекты небесного пространства (солнце, луна, звезды, радуга, облака)
- транспортные средства (наземный, водный, воздушный транспорт гражданского и военного назначения, фантастические транспортные средства),
- объекты среды обитания человека (заборы, изгороди, мосты, ворота, дорожные знаки),
- предметы, связанные с верованиями человека (храмы, иконы, божки, алтари),
- объекты ландшафта и естественной активности Земли (вулканы, горы),
- аксессуары (бусы, маски, ткани, пуговицы, пряжки, ювелирные изделия и пр),
- естественные природные предметы (кристаллы, камни, раковины, куски дерева, металла, семена, перья, отполированные водой стеклышки и пр),
- оружие,
- фантастические предметы и персонажи мультфильмов, фэнтези, фигурки-оборотни,
- злодеи (злобные персонажи мультфильмов, мифов, сказок)

Итак, все, что встречается в окружающем мире, может занять достойное место в коллекции. Если для занятий не хватает каких-либо фигурок-образов, их можно вылепить из пластилина, глины теста, вырезать из бумаги.

Коллекция фигурок располагается на полках. Если места на полках недостаточно для размещения всей коллекции, то могут использоваться и прозрачные коробки.

Когда на занятие приходит ребенок или группа детей, то предложение «поиграть в песочнице» выглядит совершенно естественным.

Используя песочную терапию мы погружаем ребёнка в бессознательное состояние. Через образы создаваемые им он выносит в мир реальный свои страхи, переживания, негативные эмоциональные состояния.

Работа с песком это искушение для ребёнка. В песочнице он обнажает сакральные, тёмные стороны своего «Супер-Эго», «Эго», «Ид». В этом заключается весь смысл психотерапии.

3.4.Результативность педагогического опыта

Основными целями моего обобщённого опыта является:

- изучение функционирования эмоционально-волевого состояния, страхи, у детей старшего дошкольного возраста,
- разработать и активно использовать эффективную коррекционно-развивающую программу по снижению страхов и тревожных состояния у детей старшего дошкольного возраста,
- внедрить в профессиональную практику элементы песочной терапии.

Основными направлениями в работе являлись:

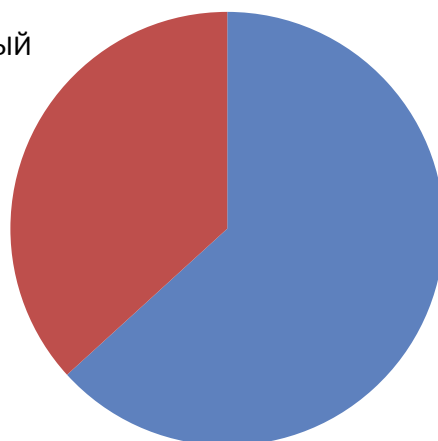
- психодиагностический начальный и конечный мониторинг по определению наличия страхов и тревожных состояний у детей,
- проведение коррекционно-развивающих занятий,
- использование элементов песочной терапии и сказкотерапии при коррекции страхов,
- активное включение родителей в коррекционный процесс, способами коммуникативных технологий (деловые игры, коммуникативный тренинг).

Начальный диагностический мониторинг на наличие страхов проводился в 2014 году. Работу я начала с психодиагностики тревожных состояний и страхов. В своём исследовании использовала следующие методики: Тест тревожности (Р.Тэмпл, В. Амен, М. Дорки), методика «Страхи в домиках»(Панфилова).

В результате проведения и интерпретации начального мониторинга получены следующие показатели

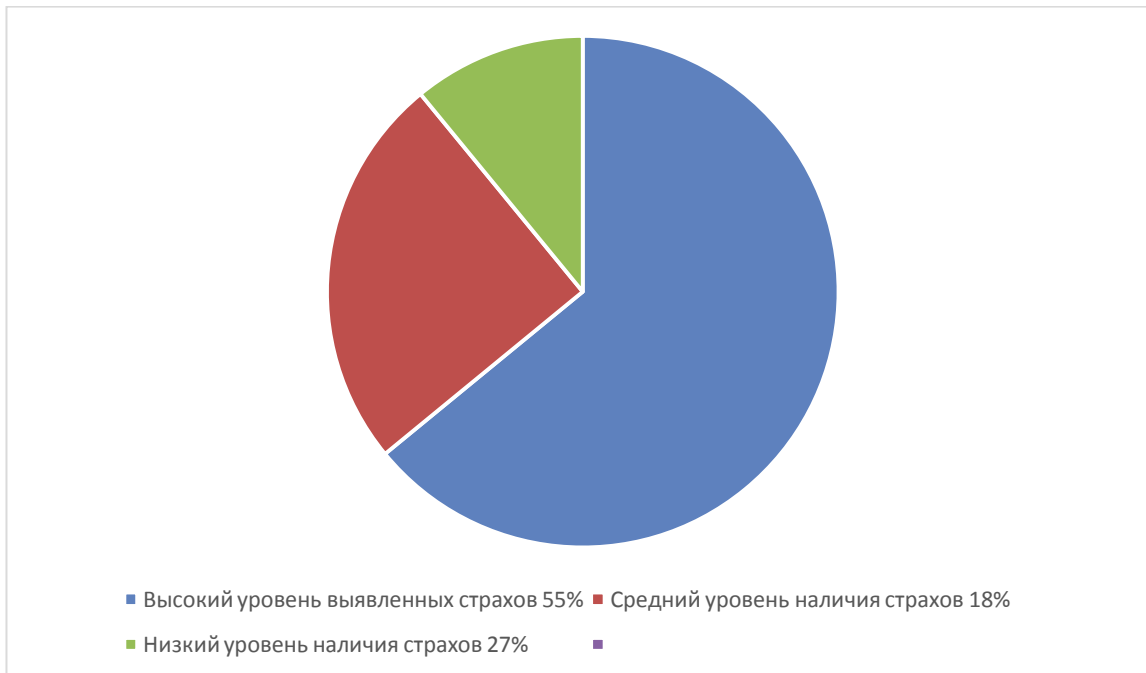
Результаты по тесту тревожности (Р.Тэмпл, В. Амен, М. Дорки) в 2014 уч.г.

42 % - УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНЫЙ
УРОВЕНЬ ТРЕВОЖНОСТИ



58% - ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ
ТРЕВОЖНОСТИ

Результаты начальной диагностики по методике Панфиловой «Страхи в домиках» в 2014 уч.г.



На начало проведения коррекционно-развивающей работы **выборка составила** 36 человек из них 24 девочек, что составляет 67%, 12 мальчиков, что составляет 33%. Возрастной диапазон составил от пяти до семи лет.

Социальный статус. Из тридцати шести детей двадцать шесть из полных семей, что составляет 72%, десять из неполных семей, что составляет 28%.

Уровень тревожности составил: 21 испытуемый имеет высокий уровень тревожности, что составляет 58%, 15 испытуемых удовлетворительный, что составляет 42%.

Уровень наличия страхов 20 детей имеют высокий уровень наличия страхов, что составляет приблизительно 55%, 6 детей с средним уровнем, что составляет -18%, 10 человек с низким уровнем, что составляет -27%.

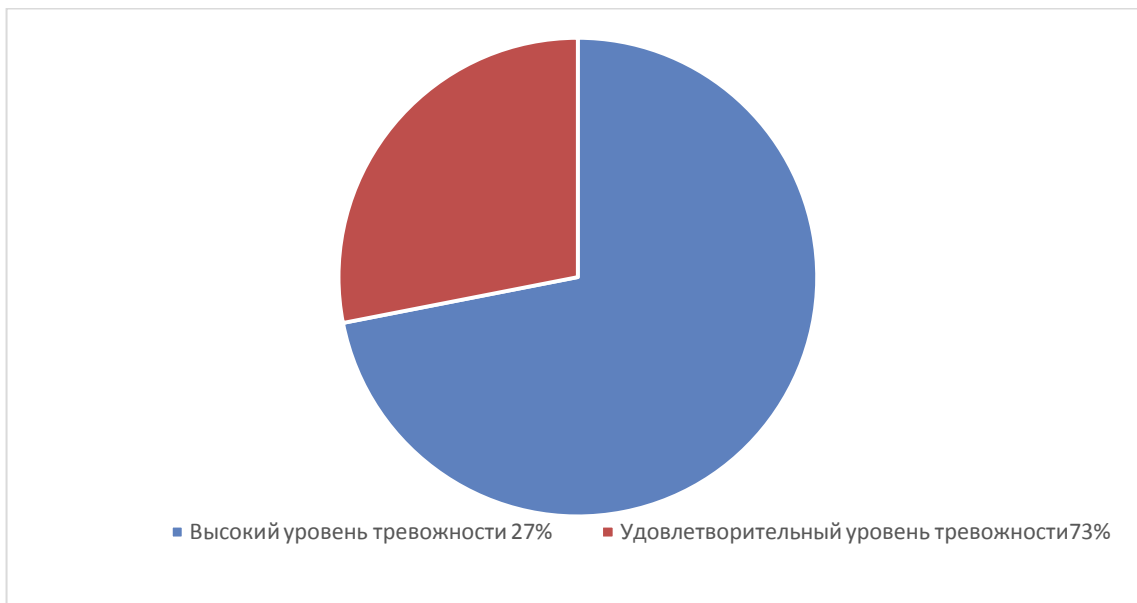
В результате была сформирована группа детей группы риска. Составлена коррекционно-развивающей программа по снижению страхов и тревожных состояний .

За основу авторской программы я использовала программу О.С.Фабьянской «Коррекционно-развивающая программа на развитие эмоциональной сферы детей старшей группы».

После реализации программы была проведена повторная диагностика с целью проверки её эффективности. При анализе её результатов выявлена положительная динамика коррекции тревожности и страхов. Показатели следующие.

Уровень тревожности снизился .С высоким уровнем тревожности 10 детей ,что составляет 27%, с удовлетворительным уровнем 26 детей что составляет 73%

**Результаты конечного мониторинга по тесту тревожности
(Р.Тэмпл, В. Амен, М. Дорки) в 2016 уч г.**



Уровень наличия страхов 12 детей имеют высокий уровень наличия страхов, что составляет приблизительно 33%, 4 детей с средним уровнем, что составляет -11%, 20 человек с низким уровнем, что составляет -56%.

**Результаты конечной диагностики по методике Панфиловой
«Страхи в домиках» в 2016 уч.г.**



Таким образом, реализация комбинированной терапии (песочная терапия и коммуникативные технологии) в коррекции страхов и тревожности позволила создать предпосылки, способствующие гармонизации эмоционально-волевой сферы детей старшего дошкольного возраста.

Социальная выгода использования песочной терапии в коррекции страхов и тревожности:

- повышение психолого-педагогической компетенции родителей,
- снижение дезадаптированности будущих первоклассников.

Мы получили ожидаемые образовательные результаты

1. Дети умеют распознавать эмоции по мимике, выразить сопереживание и сочувствие.
2. Дети умеют регулировать своё эмоционально-чувственное состояние, у них сублимируются отрицательные эмоциональные состояния.
3. Дети умеют работать в коллективе (сотрудничать).
4. Дети готовы пользоваться интонациями, выражающими разнообразные эмоциональные состояния.
5. Значительно понизился уровень тревожности и страхов у детей старшего дошкольного возраста.

3.5. Новизна (инновационность) представляемого педагогического опыта.

Основной идеей ФГОС дошкольного образования и соответственно содержания образовательной программы, является идея позитивной социализации, важно зафиксировать возможные и разнообразные формы, методы и способы, направленные на формирование у детей уверенности в себе и своих силах; желания и стремления детей быть успешными и необходимыми; готовности и способности проявлять инициативу и творчество. Именно методы песочной терапии и при помощи песочных столов помогут в реализации ФГОС ДО

Статистические данные свидетельствуют о том, что в настоящее время большое количество детей остро нуждаются в организации специализированной помощи. Среди них дети с эмоционально-волевыми проблемами в особенности с чувствами страхов и тревожных состояний.

У большинства детей были выявлены проблемы связанные с негативными чувствами. Родители отмечали частые перепады настроения, страхи агрессию, неумение вести себя, частая фрустрированность переживаний. Всё это побудило меня к поиску нового направления в моей работе для решения данной проблемы. Выход я нашла в использование песочной терапии в комплексе с сказкотерапии и коммуникативных технологий, что успешно реализовала. Это стало новизной моего опыта.

Цель психолого-педагогической работы: коррекция страхов и тревожных состояний детей старшего дошкольного возраста, средствами песочной терапии и сказкотерапии.

В основу работы по коррекции страхов и тревожных состояний детей старшего дошкольного возраста, средствами песочной терапии и сказкотерапии лягли следующие принципы:

- единства диагностики и коррекции,
- ориентация на будущее .Использование песочной терапии позволяет расширять зону ближайшего развития ребёнка.
- гармонизация эмоционально-волевой сферы ,направленную на преодоление негативных состояний, нарушение функционирования в развитии ребенка, а так же компенсация негативных особенностей личности, складывающихся на основе данных процессов,
- опора на активность ребенка – обеспечение развития у ребенка способностей становится субъектом познавательной деятельности. Соответственно, этот принцип диктует особенность психологического воздействия, заключающегося в том, чтобы постоянно и неуклонно апеллировать к сознанию ребенка, предоставляя ему возможность воспринимать и понимать суть происходящего явления. Данный принцип позволяет выработать психологические качества, необходимые для самовыражения в деятельности.
- художественно-коррекционное воздействие,
- свободы и самостоятельности. Позволяет ребенку самостоятельно определять свое отношение к среде, выбирать то, что ему по душе.

- охраны интересов ребенка. Построение коррекционных вмешательств в эмоциональную сферу с учетом того, что коррекционное воздействие ни в коем случае не должно нанести ущерб ребенку, его психическому и физическому здоровью.

Для достижения данной цели определены следующие задачи:

- развитие и обогащение эмоциональной сферы детей, средствами эмоциональной выразительности, стимулирование эмоционального отклика при восприятии ими эффектов песочной терапии.
- формирование и актуализация у детей представлений об основных эмоциональных модальностях (радость, горе, страх, презрение, обида, зависть, вина)
- формирование у дошкольника языка эмоций, то есть вербальных и невербальных обозначений эмоций, их произвольного опосредованного выражения (развитие эмоциональной регуляции с функцией контроля за выражением эмоций и поведением).
- развитие социальных эмоций (эмпатия, нравственных эмоций, эстетических переживаний, интеллектуальных эмоций)
- создание условий для открытого проявления эмоций и чувств различными способами (вербальные, невербальные, креативные). Помочь в преодолении имеющихся отрицательных эмоций (страх, гнев, тревога), препятствующих полноценному личностному развитию.
- нивелирование отрицательных эмоциональных состояний.

По данной теме были представлены следующие виды работ: психодиагностика тревожных состояний и страхов, игры, упражнения, применяемые в песочной терапии, разработаны консультации для педагогов и родителей, представлены два авторских занятия по песочной терапии, притчи, фотоотчет.

3.6. Возможность творческого применения представляемого педагогического опыта

Возможности использования песочной терапии с дошкольниками неограниченны.

Это дает детям реализовать свои фантазии, фрустрировать свои чувства, это предоставляет им возможность становится личностью исходя из своих индивидуальных особенностей. С этой точки зрения огромное значение имеет организация пространства, визуальная характеристика, то есть то, что дети видят вокруг себя на занятии – важное условие эмоционального воспитания.

Реализованный мною опыт доступен и может быть полезен педагогам, педагогам-психологам дошкольных учреждений.

Приведенные мною игры и упражнения, разработанные мною рекомендации педагогам и родителям, притчи, будут полезны для проведения занятий. Они разработаны согласно всем условиям ФГОС.

4. Выводы

Песочная терапия относится к одному из методов арт-терапии, который относительно недавно получил развитие и применения в педагогике, однако психологи, педагоги отмечают мощную положительную динамику в процессе воспитания, развития, обучения и становления личности дошкольника. Данный метод представляет собой панацею от повышенной детской тревожности, агрессии, СДВГ. Песочная терапия в контексте арт-терапии представляет собой невербальную форму психокоррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении клиента, благодаря которому на бессознательно-символическом уровне происходят отреагирование внутреннего напряжения и поиск путей развития. Это один из психокоррекционных, развивающих методов, направленных на разрешение личностных проблем через работу с образами личного и коллективного бессознательного. Является психопрофилактикой детских травм, страхов, плаксивости. Стабилизируется психоэмоциональное состояние дошкольников. Уходит напряжение. Ребенок избавляется от негативных эмоций и получает позитивные, радуется. Развиваются познавательные процессы (мышление, память), творческие способности (воображение, фантазия). Развивая мелкую моторику рук, совершенствуем речь.

В песочнице создается дополнительный акцент на тактильную чувствительность, «мануальный интеллект» ребенка. Поэтому перенос традиционных обучающих и развивающих заданий в песочницу дает дополнительный эффект. С одной стороны, существенно повышается мотивация ребенка к занятиям, а с другой — 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. Иными словами, использование песочницы в педагогической практике дает комплексный образовательно-терапевтический эффект. Причем сегодня уже можно говорить о таком эффекте по отношению не только к нормально развивающимся детям, но и к их сверстникам с особенностями развития.

Мой опыт не только описывает современное состояние песочной терапии, но и ставят вопрос: а что же такое песочная терапия сегодня, это самостоятельное направление, метод или среда?

Процесс накопления опыта работы с песочницей представителями различных направлений интересен тем, что благодаря этому с разных сторон исследуются взаимоотношения человека с проекцией его внутреннего мира. Все это говорит в пользу того, что песочница — это СРЕДА для общения человека с самим собой и символами реального мира.

Данный психологический опыт представляет интерес для практических психологов, педагогов-психологов, социальных педагогов, воспитателей и методистов ДОУ.

Применение песочной терапии способствует:

- развитию эмоционального интеллекта;
- снижению уровня тревожности и агрессивности;

- формированию умения целенаправленно владеть своим поведением
- устанавливать правильные отношения со сверстниками и взрослыми;
- созданию условий для формирования адекватной самооценки;
- снятию эмоционального напряжения;
- формированию способности управлять своими эмоциями и поведением;
- развитию тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук .

Итак, сегодня песочная терапия в России уже зарекомендовала себя как эффективный практический метод в психотерапии, педагогике, психологическом консультировании и театральном искусстве. Однако законченная концепция песочной терапии еще не сформирована. Это дает возможность вам, дорогие коллеги, внести свой неповторимый вклад в распространение и осмысление этого чудесного метода.

И напоследок, хочу пожелать воспитателям, специальным и социальным педагогам, практическим психологам креативности и успехов в работе с дошколятами в применении метода «песочной терапии»...

Приложения №1
Психодиагностический инструментарий

Исследование тревожности ребенка дошкольного возраста (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)

Цель: Исследовать тревожность ребенка по отношению к ряду типичных для него жизненных ситуаций общения с другими людьми.

Тревожность рассматривается как вид эмоционального состояния, функция которого состоит в обеспечении безопасности субъекта на личностном уровне. Тревожность испытываемая человеком по отношению к определенной ситуации, зависит от его отрицательного эмоционального опыта в этой и подобных ситуациях. Повышенный уровень тревожности свидетельствует о недостаточной эмоциональной приспособленности ребенка к тем или иным социальным ситуациям. Экспериментальное определение степени тревожности раскрывает внутреннее отношение ребенка к определенной ситуации, дает косвенную информацию о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми в семье, детском саду и школе. Испытуемые - дети 4-7 лет с нормальным развитием и с отклонениями в психическом развитии.

Экспериментальный материал:

14 рисунков размером восемь с половиной на одиннадцать см. Каждый рисунок представляет некоторую типичную для жизни ребенка (дошкольника или младшего школьника) ситуацию:

РИСУНОК 1 - ИГРА С МЛАДШИМИ ДЕТЬМИ (Ребенок играет с двумя малышами).

РИСУНОК 2 - РЕБЕНОК И МАТЬ С МЛАДЕНЦЕМ (Ребенок идет рядом с матерью, которая везет коляску с младенцем).

РИСУНОК 3 - ОБЪЕКТ АГРЕССИИ (Ребенок убегает от нападающего на него сверстника).

РИСУНОК 4 - ОДЕВАНИЕ (ребенок сидит на стуле и обувает ботинки).

РИСУНОК 5 - ИГРА СО СТАРШИМИ ДЕТЬМИ (ребенок играет с двумя старшими детьми).

РИСУНОК 6 - УКЛАДЫВАНИЕ СПАТЬ В ОДИНОЧЕСТВЕ. (Ребенок идет к своей кровати. Родители сидят в кресле спиной к нему).

РИСУНОК 7 - УМЫВАНИЕ (Ребенок умывается в ванной комнате).

РИСУНОК 8 - ВЫГОВОР (Мать, подняв указательный палец, строго за что-то ребенку выговаривает).

РИСУНОК 9 - ИГНОРИРОВАНИЕ (Отец играет с малышом. Ребенок сидит в одиночестве).

РИСУНОК 10 - АГРЕССИВНОЕ НАПАДЕНИЕ (Сверстник отбирает у ребенка игрушку).

РИСУНОК 11 - СОБИРАНИЕ ИГРУШЕК (Мать и ребенок убирают игрушки).

РИСУНОК 12 - ИЗОЛЯЦИЯ (Двое сверстников убегают от ребенка, стоящего в одиночестве).

РИСУНОК 13 - РЕБЕНОК С РОДИТЕЛЯМИ (Ребенок стоит между матерью и отцом).

РИСУНОК 14 - ЕДА В ОДИНОЧЕСТВЕ (Ребенок один сидит за столом, держа в руке стакан).

Каждый рисунок выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчиков (на рисунке изображен мальчик). Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом - печальное.

Метод предъявления:

Рисунки предъявляются ребенку экспериментатором в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате. Предъявив ребенку рисунок, экспериментатор дает инструкцию следующего содержания:

1 - ИГРА С МЛАДШИМИ ДЕТЬМИ. "Как ты думаешь, какое у ребенка будет лицо, печальное или веселое? Он (она) играет с малышами?"

2 - РЕБЕНОК И МАТЬ С МЛАДЕНЦЕМ. "Как ты думаешь, какое лицо у этого ребенка, веселое или печальное? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом?"

3 - ОБЪЕКТ АГРЕССИИ. "Как ты думаешь, какое лицо у этого ребенка, печальное или веселое?"

4- ОДЕВАНИЕ. "Как ты думаешь, какое лицо у этого ребенка, веселое или печальное? Он (она) одевается".

5 - ИГРА СО СТАРШИМИ ДЕТЬМИ. "Как ты думаешь, какое лицо у этого ребенка, печальное или веселое? Он (она) играет со старшими детьми".

6 - УКЛАДЫВАНИЕ СПАТЬ В ОДИНОЧЕСТВЕ. "Как ты думаешь, какое лицо у этого ребенка, веселое или печальное? Он (она) идет спать".

7- УМЫВАНИЕ. "Как ты думаешь, какое лицо у этого ребенка, печальное или веселое? Он (она) в ванной".

8 - ВЫГОВОР. "Как ты думаешь, какое лицо у этого ребенка, веселое или печальное?"

9 - ИГНОРИРОВАНИЕ. "Как ты думаешь, какое лицо у этого ребенка, печальное или веселое?"

10 - АГРЕССИВНОЕ НАПАДЕНИЕ. "Как ты думаешь, какое лицо у этого ребенка, веселое или печальное?"

11 - УБОРКА ИГРУШЕК. "Как ты думаешь, какое лицо у этого ребенка, печальное или веселое? Он (она) убирает игрушки".

12 - ИЗОЛЯЦИЯ. "Как ты думаешь, какое лицо у этого ребенка, веселое или печальное?"

13 - РЕБЕНОК С РОДИТЕЛЯМИ. "Как ты думаешь, какое лицо у этого ребенка, печальное или веселое? Он (она) со своими мамой и папой".

14 - ЕДА В ОДИНОЧЕСТВЕ. "Как ты думаешь, какое лицо у этого ребенка, веселое или печальное? Он (она) ест".

Название лица (веселое - печальное, печальное - веселое) в инструкции чередуется. Дополнительных вопросов ребенку не задается.

Протоколирование:

Выбор ребенком соответствующего лица и его словесное высказывание

фиксируются в специальном протоколе (бланки должны быть подготовлены заранее).

Анализ данных:

Предлагаемые рисунки изображают типичные ситуации, отличающиеся по своей эмоциональной окраске. Так, рисунок 1 (Игра с младшими детьми), 5 (Игра со старшими детьми) и 13 (Ребенок с родителями) имеют положительную эмоциональную окраску;

Рисунок 3 (Объект агрессии), 8 (Выговор), 10 (Агрессивное поведение) и 12 (Изоляция) имеют отрицательную эмоциональную окраску;

Рисунок 2 (Ребенок и мать с младенцем), 4 (Одевание), 6 (Укладывание спать в одиночестве), 7 (Умывание), 11 (Уборка игрушек) и 14 (Еда в одиночестве) имеют двойной смысл.

Таблица 1.1.

Образец протокола

Имя: Николай		Возраст: 6 лет	Дата: 23.09.96	
№	Рисунок	Высказывание	Выбор	
			Веселое лицо	Печальное лицо
1	2	3	4	5
1	ИГРА С МЛАДШИМИ ДЕТЬМИ			
2	РЕБЕНОК И МАТЬ С МЛАДЕНЦЕМ			
3	ОБЪЕКТ АГРЕССИИ	Хочет ударить его стулом. У него грустное лицо.		
4	ОДЕВАНИЕ			
5	ИГРА СО СТАРШИМИ ДЕТЬМИ			
6	УКЛАДЫВАНИЕ СПАТЬ В ОДИНОЧЕСТВЕ	Я всегда беру спать игрушку		
7	УМЫВАНИЕ	Потому, что он умывается		
8	ВЫГОВОР	Гуляет с мамой, люблю гулять с мамой.		

9	ИГНОРИРОВАНИЕ	Потому, что малыш тут.		
10	АГРЕССИВНОСТЬ	Потому, что кто-то отбирает игрушки.		
11	УБОРКА ИГРУШЕК	Печальное, потому что мама заставляет его, а он не хочет, не правда ли?		
12	ИЗОЛЯЦИЯ	Мама хочет уйти от него.		
13	РЕБЕНОК С РОДИТЕЛЯМИ	Мама и папа гуляют с ним, веселое лицо.		
14	ЕДА В ОДИНОЧЕСТВЕ	Пьет молоко, и я люблю.		

Двусмысленные рисунки несут основную "проективную нагрузку" - то, какой эмоциональный смысл придает ребенок, указывает на его мироощущение и нормальный не травмирующий опыт общения.

Протоколы каждого ребенка подвергаются качественному и количественному анализу.

Количественный анализ:

На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребенка (ИТ), который равен процентному отношению числа эмоционально - негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14):

$$\text{ИТ} = \frac{\text{Число эмоционально - негативных выборов}}{14} \times 100\%$$

По ИТ дети в возрасте от 3,5 до 7 лет подразделяются на 3 группы:

- А) высокий уровень тревожности (ИТ выше 50%);
- Б) средний уровень тревожности (ИТ от 20% до 50%);
- В) низкий уровень тревожности (от 0% до 20%)

Качественный анализ:

Каждый ответ ребенка анализируется отдельно. Делаются выводы относительно возможного характера эмоционального опыта ребенка в данной (и подобной ей ситуации). Особенно высоким проективным значением обладают рисунки 4 (Одевание), 6 (Укладывание спать в одиночестве), 14 (Еда в одиночестве): дети, делающие в этих ситуациях отрицательный эмоциональный выбор, с высокой степенью вероятности будут обладать наивысшим ИТ; дети, делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях 2 (Ребенок и мать с младенцем), 7 (Умывание), 9 (Игнорирование) и 11 (Уборка игрушек) с большей вероятностью будут обладать высоким или средним ИТ.

Наибольший уровень тревожности проявляется в ситуациях, моделирующих отношения "ребенок-ребенок" (Игра с младшими детьми, Объект агрессии, Игра со старшими детьми, Агрессивное нападение, Изоляция). Здесь имеет место наибольшее число отрицательных эмоциональных выборов, причем старшие дети (5-7 лет) проявляют уровень тревожности выше, чем младшие. Значительно выше уровень тревожности в рисунках, моделирующих отношения "ребенок-взрослый" (Ребенок и мать с младенцем, Выговор, Игнорирование, Ребенок с родителями) и в ситуациях, моделирующих повседневные действия. (Одевание. Укладывание спать в одиночестве. Умывание. Уборка игрушек. Еда в одиночестве).

Примечание. Валидизация методики показала высокий уровень ее валидности. Уровень тревожности, определяемый на основании методики, высоко коррелирует с уровнем тревожности, полученным на основании отзывов воспитателей и учителей начальных классов ($r = 0,56$).

Индивидуальная анкета теста «Страхи в домиках»

Ф.И (ребенка): _____

Группа: _____

Возраст: _____ Пол _____

Дата: _____

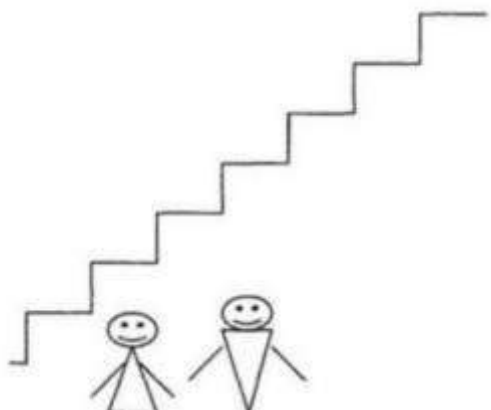
Социальный статус семьи _____

Скажи, пожалуйста, ты боишься или не боишься:

- 1. Оставаться дома в одиночестве**
- 2. Нападения**
- 3. Заболеть, заразиться**
- 4. Умереть**
- 5. Смерти родителей**
- 6. Чужих людей**
- 7. Потеряться**
- 8. Мамы и папы**
- 9. Наказания**
- 10. Сказочных злодеев (Бабы-яги, Кощея, Бармалея...)**
- 11. Опоздать в школу**
- 12. Страшных снов**
- 13. Темноты**
- 14. Животных (волка, змей..)**
- 15. Насекомых**
- 16. Транспорта (самолетов, машин...)**
- 17. Высоты**
- 18. Глубины**
- 19. Тесных, маленьких помещений**
- 20. Воды**
- 21. Огня**
- 22. Войны**
- 23. Стихии**
- 24. Больших помещений, улиц**
- 25. Врачей**
- 26. Уколов**
- 27. Боли**
- 28. Крови**
- 29. Резких, громких звуков**

Методика «Лесенка» (автор В.Г. Щур)

Ребёнку показывают нарисованную лесенку с семью ступенями и объясняют задание.



ИНСТРУКЦИЯ:

"Если всех детей посадить на этой лесенке, то на трёх верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные - чем выше, тем лучше (показывают: "хорошие", "очень хорошие", "самые хорошие"). А на трёх нижних ступеньках окажутся плохие дети - чем ниже, тем хуже ("плохие", "очень плохие", "самые плохие"). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя? Объясни почему."

После ответа ребёнка, его спрашивают: "Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть."

"Покажи, на какую ступеньку тебя бы поставила мама?"

Используется стандартный набор характеристик: "хороший - плохой", "добрый - злой", "умный - глупый", "сильный - слабый", "смелый - трусливый", "самый старательный - самый небрежный". Количество характеристик можно сократить.

В процессе обследования необходимо учитывать, как ребёнок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор.

Если ребёнок не даёт никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: "Почему ты себя сюда поставил?" "Ты всегда такой?" и т.д.

КЛЮЧ: Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет или ссылается на мнение взрослого: "Мама так сказала".

- Ребёнок поставил себя на первую ступень: завышенная самооценка.
- Ребёнок поставил себя на вторую ступень: адекватная самооценка.
- Ребёнок поставил себя на третью ступень: адекватная самооценка.
- Ребёнок поставил себя на четвёртую ступень: заниженная самооценка. Является крайним вариантом нормы. Здесь важно то, как ребёнок объясняет постановку себя на данную ступень.
- Ребёнок поставил себя на пятую ступень: низкая самооценка.
- Ребёнок поставил себя на шестую ступень: крайне низкая самооценка. Ребёнок находится в ситуации дезадаптации, наблюдаются личностные и эмоциональные проблемы.

Приложение №2
Консультации и рекомендации для педагогов и родителей

Рекомендации родителям и педагогам

Все дети разные

Все дети разные. У каждого ребенка свой внутренний мир особый и информацию они воспринимают по-разному. И даже органами чувств, которые вроде бы у всех одинаковы, они пользуются неодинаково. Один ребенок попадая первый раз в гости, к приятелю, с удовольствием рассматривает рисунок на обоях. Другой с интересом прислушивается к звукам, третий торопится взять в руки мягкую игрушку. Для первого (визуал) главной оказывается зрительная информация, для второго (аудил) важно то, что он слышит. Для третьего (кинестет) – то, что он чувствует. Особенности восприятия влияют на поведение вашего ребенка и даже на учебную деятельность. Кто же такие наши дети?

Ребенок визуал

Ребенок не любящий прикосновения других людей. Учтите это и не обижайтесь на вашего малыша. Он больше других детей пугается эмоциональных вспышек окружающих и конфликтов. Малыш быстрее воспринимает материал, который хорошо иллюстрирован. Легче приобретает навыки путем наблюдения. Предпочтения отдает индивидуальным занятиям.

Ребенок аудил

Ребенок активный, коммуникативный, любит душевные разговоры. Может беседовать даже сам с собой-это нормально. Малыш плохо разбирается в эмоциональных проявлениях, ему лучше объяснить словами, что вы чувствуете. Он хорошо запоминает словесный материал. Для быстрого приобретения навыков предложите ребенку комментировать то, что он делает.

Ребенок кинестет

Малыш любящий тактильные прикосновения, по ним он судит о том как Вы к нему относитесь. У него чаще, чем у других детей, меняется настроение, он раним и обидчив. Лучше всего запоминает информацию в процессе деятельности. Чтобы он не отвлекался, дайте ему возможность играть активную роль.

Если Ваш малыш эмоционально возбужден!!!

- 1.Примите Вашего малыша таким, как он есть: по возрасту, по внешнему виду, по способностям.
- 2.Помните о большой потребности вашего малыша в любви, в доверии, в надежде.
- 3.Не оставляйте ребенка в одиночестве на длительный срок.
4. Играйте с малышом в его любимые игры.
- 5.Проявляйте сочувствие , понимание к его проблемам. Дайте ему понять ,что Вы всегда поможете ему.
- 6.Не демонстрируйте чрезвычайную тревогу по поводу его эмоциональной нестабильности.
- 7.Освободитесь от чрезвычайной опеки и контроля за поведением ребенка.
- 8.Признавайтесь в своих ошибках своему ребенку.
- 9.Не предъявляйте ребенку завышенные требования к его развитию и поведению.
- 10.Дайте ребенку право на выбор в своей деятельности.
- 11.Каждый раз, в случаях проявлений эмоциональных всплесков, выясняйте причину этих проявлений.
- 12.Нельзя учить и воспитывать на отрицательных примерах.
- 13.Нучите детей просить прощения.

Формирование эмоциональной сферы ребенка старшего дошкольного возраста

Эмоциональность – психофизиологическая особенность детского возраста. Именно эмоциональность, ее возрастные изменения придают качественное своеобразие поведению детей на разных этапах развития.

Особенности эмоциональной сферы.

1. Период детства можно назвать возрастом познавательных эмоций, к которым относятся чувство удивления, любопытство, любознательность. Возникая в результате столкновения с новыми сторонами действительности, эти эмоции в свою очередь оказывают стимулирующее влияние на познавательные психические процессы, вырабатывают у ребенка индивидуальное отношение к реальному миру вещей и явлений, способствуют развитию креативности.

2. Период от 2 до 6 лет называют «возрастом аффективности». В этом возрасте эмоции имеют бурный, но не стойкий характер, проявляется в ярких аффектах.

3. Ребенка легко испугать, рассердить, но с той же легкостью можно и заинтересовать, вызвать у него удовольствие, радость. Детям свойственна исключительная «эмоциональная зараженность», они особенно подвержены влиянию эмоций переживаемым другими детьми.

4. Познавательные эмоции – эмоции, связанные с потребностью в познавательной гармонии: стремлении нечто понять. Проникнуть в сущность явлений, чувство удивления или недоумения, чувство ясности или сущность мысли, чувство догадки, близости решения, радость открытия истины.

5. Можно выделить основные направления развития эмоциональной сферы

А) усложнение содержания эмоциональной сферы, экспрессивность.

Б) формируется общий эмоциональный фон психики ребенка

В) экспрессивная сторона эмоций

Консультации для родителей **«Ваш малыш будущий первоклассник»**

Вот и настал долгожданный момент - Ваш малыш вырос. Он отправляется в школу и каждый из вас задается вопросом, что такое готовность к школьному обучению?

Готовность к школьному обучению — развитие ребёнка, включающее в себя интеллектуальную, эмоционально-волевою, мотивационную, физиологическую сферы.

Интеллектуальная готовность ребенка к школе заключается в определенном кругозоре, запасе конкретных знаний, в понимании основных закономерностей (что предполагает определенный уровень развития психических процессов: памяти, внимания, мышления и т.д.). Для развития данных процессов необходимы каждодневные игровые упражнения.

Ребенок должен:

1. Знать о своей семье, быте.
2. Иметь запас сведений об окружающем мире, уметь ими пользоваться.
3. Уметь высказывать собственные суждения, делать выводы.

Психологическая готовность ребенка к школе включает в себя личностную и волевою готовность.

1. Личностная готовность ребенка к школе заключается в формировании у него готовности к принятию новой социальной позиции школьника — положения школьника. Позиция школьника обязывает занять иное, по сравнению с дошкольником, положение в обществе, с новыми для него правилами. Эта личностная готовность выражается в определенном отношении ребенка к школе, к учителю и учебной деятельности, к сверстникам, родным и близким, к самому себе.

Отношение к школе. Выполнять правила школьного режима, своевременно приходить на занятия, выполнять учебные задания в школе и дома.

Отношение к учителю и учебной деятельности. Правильно воспринимать ситуации урока, правильно воспринимать истинный смысл действий учителя, его профессиональную роль.

Отношение к родным и близким. Имея личное пространство в семье, ребенок должен испытывать уважительное отношение родных к его новой роли ученика. Родные должны относиться к будущему школьнику, его учению, как к важной содержательной деятельности, гораздо более значимой, чем игра дошкольника. Учение для ребенка становится основным видом его деятельности.

Отношение к самому себе, к своим способностям, к своей деятельности, ее результатам. Иметь адекватную самооценку. Высокая самооценка может вызывать неправильную реакцию на замечания учителя. В результате может оказаться, что «школа плохая», «учитель злой» и т.д.

2. Волевая готовность заключается в способности ребенка напряженно трудиться, делая то, что от него требует учитель, режим школьной жизни. Ребенок должен уметь управлять своим поведением, умственной деятельностью.

Наличие волевых качеств у ребенка поможет ему длительное время выполнять задания, не отвлекаясь на уроке, доводить дело до конца. Сначала взрослые с помощью слова регулируют поведение ребенка, потом, усваивая практически содержание требований взрослых, он постепенно начинает с помощью собственной речи регулировать свое поведение, делая тем самым существенный шаг вперед по пути волевого развития. После овладения речью слово становится для детей не только средством общения, но и средством организации поведения.

Одним из центральных вопросов воли является вопрос о мотивационной обусловленности тех конкретных волевых действий и поступков, на которые человек способен в разные периоды своей жизни.

Социальная готовность подразумевает потребность в общении со сверстниками и умение подчинять свое поведение законам детских групп, способность принимать роль ученика, умение слушать и выполнять инструкции учителя, а также навыки коммуникативной инициативы и самопрезентации. Сюда можно отнести и такие личностные качества, как умение преодолевать трудности и относиться к ошибкам как к определенному результату своего труда, умение усваивать информацию в ситуации группового обучения и менять социальные роли в коллективе класса. Очень важна роль родителей, от которых ребенок будет ждать понимания, принятия и помощи.

Ребенка считают неготовым к школе, если он:

- настроен исключительно на игру;
- недостаточно самостоятелен;
- чрезмерно возбудим, импульсивен, неуправляем;
- не умеет сосредоточиться на задании, понять словесную инструкцию;
- мало знает об окружающем мире, не может сравнить предметы, не может назвать обобщающее слово для группы знакомых предметов и др.;
- имеет серьезные нарушения речевого развития;
- не умеет и не хочет общаться со сверстниками;
- не хочет контактировать со взрослыми или, наоборот, слишком развязен.

Приложение №3

Игры и упражнения применяемые в коррекции страхов и тревожных состояний.

Игры и упражнения, применяемые в коррекции страхов и тревожных состояний

1 Психологическая игра для детей «Если нравится тебе, то делай так!»

Дети стоят в кругу, кто-нибудь из них показывает любое движение, произнося при этом первые слова песенки «Если нравится тебе, то делай так...», остальные дети повторяют движение, продолжая песенку: «Если нравится тебе, то и другим ты покажи, если нравится тебе, то делай так...». Затем свое движение показывает следующий ребенок, и так до тех пор, пока не завершится круг

2 Психологическая игра для детей «Я бросаю тебе мяч».

Для разрядки и поднятия настроения можно предложить игру с мячом. В кругу все будут перебрасывать друг другу мяч, называя по имени того, кому бросают, и произнося слова: «Я бросаю тебе цветок (конфету, слона и т.д.)». Тот, кому бросили мяч, должен достойно ответить.

3. Психологическая игра для детей «Испорченный телефон»

Участники по очереди передают друг другу пословицы, которые ведущий назвал на ухо сидящим с двух концов. Затем каждый из них сообщает пословицу, которая передана ему с другого конца.

-Нет такого человека, чтобы век без греха

-Всякая неправда – грех

-От судьбы не уйдешь

-Риск – благородное дело

-Денег наживешь – без нужды проживешь

-Когда деньги говорят – правда молчит

-И с умом воровать – беды не избежать

-Раз украл - навек вором стал

-Кто сильнее – тот и прав

-С кем поведешься - от того и наберешься

-Умная ложь лучше глупой правды

-Убежал – прав, а попался – виноват

4.Игра «Пойми меня»

Одновременно все участники громко произносят свое слово, а водящий повторяет все слова, которые удалось услышать.

5.Психологическая игра для детей «Ярмарка достоинств»

Участники игры получают по 2 листа с названиями «продаю» и «покупаю» Ведущий предлагает на одном листе, под надписью «продаю» написать все свои недостатки, от которых он хотел бы избавиться, а на другом листе под надписью «покупаю» написать достоинства, которых ему не хватает в общении. Затем листы прикрепляются на груди участников игры, и они становятся посетителями «Ярмарки», начинают ходить и предлагают купить (или продать) то, что им нужно. Игра продолжается до тех пор, пока каждый не обойдет и не прочитает все возможные варианты купли-продажи требуемых для него качеств.

6 Психологическая игра для детей «Назови эмоцию»

Передавая мяч по кругу, участники называют эмоции, мешающие общению. Затем мяч передается в др. сторону и называются эмоции, помогающие общению. Эмоции можно выражать разными средствами – через движение, позу, мимику, жесты, интонацию.

7 Методика «Твое имя»

Участники встают в круг, а один, передавая мяч соседу, называет свое полное имя. Задача других – назвать, передавая мячик по кругу, как можно больше вариантов его имени (например, Катя, Катюша, Катерина, Катенька, Катюшка, Екатерина). Задание повторяется для каждого участника. Затем все делятся впечатлениями, что чувствовали, когда слышали свое имя.

8 Игра-упражнение «Мусорное ведро»

Дети пишут на листах бумаги свои негативные мысли, неприятные случаи, истории, ситуации, сминают листы и выбрасывают их в ведро (забывая это навсегда).

9 Психологическая игра для детей «БУРИМЕ»

Стихи сочинять легко, говорил поэт Цветик. Главное, чтобы был смысл и рифма. Каждый берет лист бумаги и ручку и пишет любую пришедшую в голову строчку, хотя бы отдаленно напоминающую по ритмическому рисунку стих. Далее все бумажки передаются на одного по кругу, и пишется еще одна строчка-продолжение к предыдущей строчке, желательно в рифму, и так далее. Для элемента сюрприза лучше заворачивать в трубочку лист, оставляя на виду только последние три строчки. Когда все листки пройдут один-два-три круга, каждый берет лист, который начинал и выразительно декламирует его под смех публики.

10 Психологическая игра для детей «МУХА»

Игра на концентрацию внимания и его проверку. Тех, кто проявляет слабое внимание и концентрацию, в космонавты не берут. Все сидят в кругу или за столом. Инструкция ведущего. Представьте себе поле для игры в крестики-нолики, три на три квадрата. В центре сидит муха. Мы будем муху двигать поочередно. Есть только четыре хода: вверх, вниз, вправо, влево. Ошибкой будет задний ход: вверх-вниз, и выход мухи за пределы поля. Задача – всем вместе, по кругу, мысленно двигать муху, озвучивая свой ход и не ошибаться. Если кто-то ошибся – сброс и опять муха в центре. Можно ввести штрафные очки за ошибки для элемента соревновательности.

Объемная муха. Это более сложный вариант, доступный уже не всем, а только самым внимательным. Представьте себе объемное поле для игры в крестики-нолики – кубик - рубика три на три. У нас добавляются еще два хода – к себе и от себя. Важно не терять муху, внимательно следить за ее перемещениями и не ошибаться.

11 Психологическая игра для детей «ТРОЕЧКА»

Есть одна несложная по правилам игра на проверку внимания и его концентрацию. Инструкция. Мы будем ритмично считать натуральный ряд чисел по кругу: один-два-три-четыре-пять и так далее. Сложность в том, что по правилам игры число

«3», числа, оканчивающиеся на три, например «13», и числа, делящиеся на три, например, «6», не говорятся, а хлопаются. Ошибкой считается сама ошибка и сбой ритма. При ошибке все сбрасывается и начинается сначала («Раз») с этого участника в любую сторону по кругу.

При внешней простоте игры, далеко не всем коллективам удается дойти хотя бы до двадцати. Если дошли до тридцати, это говорит о хорошей концентрации внимания. Упрощение или усложнение игры возможно замедлением или убыстрением ритма.

12 Психологическая игра для детей «ЗООПАРК»

Игра на актерское мастерство. Участвуют 7-8 человек, каждый выбирает себе любое животное: овца, лошадь, свинья, кошка, собака, крокодил, утконос, шакал зимой, марал в брачный период и т.д. Далее знакомство: каждый по кругу выразительно демонстрирует остальным характерное движение этого животного. После этого, по очереди, надо показать сначала "себя", а потом любое другое присутствующее "животное". Это "животное" получает ход, показывает себя и далее другого зверя. И так далее. Потом можно объявить «суперзоопарк». Это когда все животные демонстрируются максимально утрированно и ярко! Можно играть навывлет. Ошибся в передаче хода – выбыл из игры.

13 Психологическое упражнение для детей «ПРИНЦЕССА НА ГОРОШИНЕ»

В игре участвуют только женщины. Нужно поставить в ряд табуретки (или стулья без мягкой обивки) по количеству предполагаемых участниц (лучше всего 3-4). На каждую табуретку кладется определенное количество круглых карамелек (бывают такие конфетки, по форме -маленькие колобки), можно пуговицы на ножке (желательно покрупнее). Например, на первую табуретку - 3 конфеты, на вторую - 2, на третью - 4. Сверху табуретки накрываются непрозрачными полиэтиленовыми пакетами. Приготовления закончены. Вызываются желающие. Их рассаживают на табуретки. Включается музыка. Обычно для этого конкурса включается песня "Подвигай попой". И так, танцуя сидя на табуретке, участницы должны определить, сколько под ними конфет. Победит тот, кто быстрее и правильнее это сделает.

14 Психологическая игра для детей «НОВОГОДНЯЯ ЕЛКА»

Для игры необходимы: табуретка или стул -1 штука, девушка - 1 особь, прищепки - много. Прищепки нацепляются на платье девушки, девушка ставится на табуретку, из среды компании выбирается 2 молодых человека (можно вообще разделить на 2 команды), которые снимают с нее прищепки с завязанными глазами. Тот, кто снимает последнюю прищепку, или тот, у кого окажется больше прищепок, снимает девушку со стула и целует столько раз, сколько прищепок у него оказалось. Игру можно проводить наоборот, т.е. на табуретку встает парень.

Игра «Газета»

На пол кладется газетный лист. На него должны встать четверо детей. Далее газета складывается пополам, и дети должны опять поместиться на ней. Газета складывается и уменьшается до тех пор, пока на ней могут уместиться четверо

детей. (Для этого надо обняться, уменьшив таким образом физическую дистанцию.)

Упражнение «Ток»

Дети встают в круг, держась за руки, и передают по кругу «ток» (по цепочке, друг за другом пожимают руку стоящего справа).

Игра «Пожелание»

Дети сидят в кругу и, бросая друг другу мячик, говорят добрые пожелания.

Упражнение «Напряжение — расслабление»

Дети садятся на пол, сгибают ноги в коленях, подбородок к коленям, руки обнимают колени — напряжение. Расслабление — свободная поза.

После проделанных упражнений дети обсуждают, что они чувствовали, каковы их ощущения. Например, при напряжении: «Я понял, что, если сжаться, мне неприятно, я ощущаю себя маленьким, ничтожным, колючим, мне хочется кого-нибудь ударить» и т. п. При расслаблении: «Я понял, что, если расслабиться, мне становится приятно, тепло, у меня хорошее настроение, я добрый, мне не хочется никого обижать» и т. п.

«Чей голос?»

Дети сидят в кругу. Все закрывают глаза повязками. Ведущий пересаживает несколько человек. Затем тот, до кого ведущий дотрагивается рукой, произносит слова: «Я здесь». Все должны угадать, чей это голос.

«Оцени поступок»

Ведущий сообщает детям конфликтную ситуацию. Ситуация инсценируется детьми, после чего они с помощью ведущего определяют, какая норма поведения была нарушена. Далее этюд, в котором отражена та или иная отрицательная черта характера конкретного ребенка, должен быть повторен так, чтобы в нем была показана модель желательного поведения в такой же ситуации. (На занятиях с детьми, отличающимися чрезмерной застенчивостью, эгоизмом, упрямством, жадностью, притворством, трусостью, склонностью к ябедничеству и т. п., знающими моральные предписания, но не следующими им, упор делается на эмоциональное осознание детьми отрицательных черт своего характера).

Игры для снятия страхов и коррекции самооценки

1. «Путешествие по листу бумаги»

Для игры вам понадобятся ватман и краски. Можно играть в группе детей или вдвоем со своим ребенком. Вы предлагаете: «Сегодня мы все вместе отправимся в путешествие по... листу бумаги. Каждый из вас внесет свой вклад в создание общей картины. Один за другим мы будем выходить и рисовать какие-нибудь линии. При этом следует придерживаться одного правила: нельзя отрывать кисточку (маркер) от бумаги. Как только человек оторвал руку от бумаги – это сигнал того, что он закончил. Кроме того, каждому из нас дается ограниченное время, примерно 10 секунд. Дольше этого рисовать никто не может, но если кто-то сможет уложиться в меньшее время – то это хорошо. Лучше, если мы будем работать быстро, не оценивая свои результаты.

И еще одно: нарисованные нами линии могут пересекаться, мы можем выбирать маркеры разных цветов, можем рисовать все, что хотим. Но помним при этом – как только кисточка (маркер) перестанет касаться бумаги, мы должны будем вернуться на свое место»

2. «Шаг в правильном направлении»

Вы должны будете ответить на 30 моих вопросов, причем, если вы даете правильный ответ на вопрос, то я делаю шаг вперед, если же ответ не верен, то я делаю шаг назад. Я начинаю от двери. Я хотел(а) бы пересечь всю комнату и вернуться обратно. Фактически я становлюсь пешкой, которую ваши ответы двигают туда или сюда. Посмотрим, куда, в конце концов, я приду.

Я был (а) бы очень рад(а), если бы в конце игры я снова стоял(а) здесь, у двери.

Вопросы могут касаться учебного материала или межличностных отношений.

3. «Мышь и мышеловка»

Необходимое количество играющих – 5-6 человек. Все встают в круг, плотно прижимаются друг к другу ногами, плечами и обнимаются за пояс – это «мышеловка» (или сеть). Водящий – в кругу. Его задача – всеми возможными способами вылезти из «мышеловки»: отыскать «дыру», уговорить кого-то раздвинуть играющих, найти другие способы действий, но выбраться из создавшейся ситуации.

Предупреждение:

1. Взрослый следит, чтобы ноги «мышеловки» не пинались, не делали больно «мышке».

2. Если взрослый замечает, что «мышонок» грустит и не может выбраться, он регулирует ситуацию, например: «Давайте все вместе поможем «мышонку», расслабим ножки, руки, пожалеем его».

4. «Неваляшка»

Необходимое количество участников – трое, желательно родители и ребенок, либо один взрослый и двое детей. Двое встают на расстоянии 1 метра лицом друг к другу. Ноги ставятся устойчиво, делается упор на одну. Руки выставлены вперед. Между ними стоит третий участник с закрытыми или завязанными глазами. Ему дается команда: «Ноги от пола не отрывай и смело падай назад!» Выставленные руки подхватывают падающего и направляют падение вперед, там ребенок встречает снова выставленные руки. Подобное покачивание продолжается в течение 2-3 минут, при этом амплитуда раскачивания может увеличиваться.

Анализ: Что было легче делать: опираться или удерживать?

Если эту процедуру сравнить с процессом общения, какие мысли возникают?

Предупреждение: дети с сильными страхами и робостью могут выполнять упражнения с открытыми глазами, амплитуда раскачивания может быть сначала минимальной.

5.«Нарисуй свой страх»

Ребенку предлагают нарисовать свой страх. Обычно это происходит после какого-то сна или испугавшего ребенка случая. После того, как ребенок нарисует свой страх, задайте ему вопросы по поводу того, где он живет, насколько он страшен, какой у него характер, что в нем хорошего, что плохого, боится ли он сам чего-нибудь (имеется в виду сам страх), почему он боится. Обычный вывод бывает таков, что страх сам чего-то боится и он одинок потому, что с ним никто не дружит. Предложите ребенку нейтрализовать страх на рисунке. Может быть, нарисовать ему друзей или раскрасить яркими красками, или дорисовать яркие крылья, как у бабочки. Обсудите с ребенком, какие преимущества теперь есть у страха. Договоритесь с ребенком, что нужно делать или говорить, если страх опять появится.

6.«Художники - натуралисты»

Для игры вам понадобятся большие листы ватмана и краски. Предлагается нарисовать картину сначала пальчиками рук, затем пальчиками ног или всей стопой. Затем можно рисовать любой частью тела. Главное ограничение – это страх самих родителей.

7. «Броуновское движение»

Все участники стоят в кругу. Закрыв глаза, все начинают двигаться произвольно в разных направлениях; разговаривать нельзя; по хлопку ведущего останавливаются и открывают глаза.

Снова закрывают глаза и проделывают ту же процедуру, но при этом еще издают жужжание; по хлопку останавливаются и открывают глаза.

Анализ упражнения - ответы на ряд вопросов.

Какие чувства возникают в первом и втором случае?

Что мешало движению?

Что помогло не сталкиваться?

Наиболее частыми бывают такие ответы: а) "преобладает чувство тревоги, страха"; б) "возникают ощущения неловкости". Следует сравнить ощущения в ходе упражнения с ощущениями, когда участники попадают в новые компании,

непривычные ситуации. Такое сравнение помогает понять и сформулировать причину тревожности и страха в общении. Неудач больше у тех, кто концентрирует внимание в большей степени на себе, чем на окружающих.

8.«Невидимая нить» Взрослый от лица плюшевого медвежонка предлагает детям сесть на стульчики. В руках у него клубок ярких ниток. Он говорит детям о том, что сейчас они будут передавать этот клубок друг другу. При этом тот, кто держит клубок, должен рассказать о том, какое у него в данный момент настроение, что он чувствует и что хочет пожелать для себя, а может быть, для других. Дети, которые уже держали клубок, не отпускают его ниточку. Когда клубок вернется к взрослому, дети натягивают нить, закрывают глаза и представляют, что они составляют одно целое, что каждый из них важен и значим в этом целом.

9.«Настроение и походка» Взрослый показывает движения и просит изобразить настроение: «Покапаем, как мелкий дождик, а теперь – как тяжелые, большие капли. Полетаем как воробей, а теперь – как орел. Походим как старая бабушка, попрыгаем как веселый клоун. Пройдемся как маленький ребенок, который учится ходить. Осторожно подкроемся как кошка к птичке. Пощупаем кочки на болоте. Задумчиво пройдемся как рассеянный человек. Побежим навстречу маме

10.«Разрывание бумаги» В начале игры взрослый может, не объясняя правил, просто предложить детям рвать бумагу. Затем ребята сами берут газеты, журналы и начинают их рвать и бросать кусочки в центр комнаты. Если кто-то из детей сразу не подключается к работе, его нельзя заставлять. Как правило, дети включаются в игру. Когда куча в центре комнаты становится большой, психолог предлагает ребенку поиграть с кусочками и начинает энергично подбрасывать их вверх, разбрасывая по комнате. Можно также делать кучки и прыгать на них, обсыпая кусочками друг друга или подбрасывать кусочки бумаги горстями вверх.

11.«Гусеница» Успех продвижения всех зависит от умения каждого скоординировать свои усилия с действиями остальных участников. «Ребята, сейчас мы с вами будем одной большой гусеницей и будем все вместе передвигаться по этой комнате. Постройтесь цепочкой, руки положите на плечи впереди стоящего. Между животом одного играющего и спиной другого зажмите воздушный шар или мяч. Дотрагиваться руками до воздушного шара (мяча) строго воспрещается! Первый в цепочке участник держит свой шар на вытянутых руках. Таким образом, в единой цепи, но без помощи рук, вы должны пройти по определенному маршруту.

12.«Волшебный стул» Предварительно взрослый должен узнать «историю» имени каждого ребенка — его происхождение, что оно означает. Кроме этого надо изготовить корону и «Волшебный стул» — он должен быть обязательно высоким. Взрослый проводит небольшую вступительную беседу о происхождении имен, а затем говорит, что будет рассказывать об именах всех детей группы (группа не должна быть более 5—6 человек), причем имена тревожных детей лучше называть в середине игры. Тот, про чье имя рассказывают, становится королем. На

протяжении всего рассказа об его имени он сидит на троне в короне. В конце игры можно предложить детям придумать разные варианты его имени (нежные, ласкательные). Можно также по очереди рассказать что-то хорошее о короле.

13. «Кораблик» (для детей с 5 лет). Необходимо небольшое одеяло. Количество играющих минимум 2 взрослых и ребенок, либо 5 – 6 детей. Одеяло это корабль, красивый парусник. Дети матросы. Один ребенок капитан. Капитан любит свой корабль и верит в своих матросов. Игрой руководит взрослый. Он объясняет капитану задачу быть в центре корабля, в момент сильной качки он должен громким голосом дать матросам команду «Бросить якорь!», или «Стоп машина!», или «Все наверх!», чтобы спасти корабль и матросов. Затем матросы берутся за края одеяла и начинают медленно раскачивать корабль. По команде ведущего «Буря!» качка усиливается. Капитану напоминают о его задаче. Как только он громким голосом прокричит команды, корабль спокойно опускается на пол, капитану все жмут руки и хвалят его.

14. «Качели» (для детей с 4 лет). В упражнении могут участвовать ребенок и родитель или двое детей. Один садится в позу «зародыша»: поднимает колени и наклоняет к ним голову, ступни плотно прижаты к полу, руки обхватывают колени, глаза закрыты. Второй встает сзади, кладет руки на плечи сидящему и осторожно начинает медленно покачивать его, как качели. Ритм медленный, движения плавные. Выполнять упражнение 2 – 3 минуты. Предупреждение: Сидящий не должен «цепляться» ногами за пол и открывать глаза. Можно надеть на глаза повязку. Затем участники меняются местами.

15. «Соломинка на ветру» (для детей с 6 лет). Упражнение выполняется с группой детей и взрослых не менее 6 – 7 человек. Все встают в круг вытягивают руки ладонями вперед. Выбирается «соломинка». Она встает в центр круга с завязанными или закрытыми глазами. По команде взрослого: «Не отрывай ноги от пола и падай назад!», – участники игры по очереди прикасаются к плечам «соломинки» и, осторожно поддерживая, передают ее следующему. В результате каждый боится другого, и «соломинка» плавно покачивается по кругу.

Предупреждение: Недоверчивые и робкие дети сначала должны побывать в роли поддерживающих. Приятные ощущения и улыбка на лицах «соломинок» заставит их побывать в этой роли. Участие в игре взрослых обязательно.

16. «Гармоничный танец» (для детей с 6 лет)

В игре участвуют двое. Один закрывает глаза (Лучше надеть повязку). Встают друг против друга, прикасаются легко ладонями. Звучит плавная музыка. Ведущий делает плавные движения руками, телом, приседает, слегка отходит в стороны, вперед, назад. Задача ведомого следовать за руками ведущего и повторять его движения, не потеряться.

Предупреждение: Не допускать смены ролей, то есть ведомый не должен вести ведущего. Можно разрешить ведомому выполнять упражнение сначала с открытыми глазами.

Приложение №4

**Упражнения,
направленные на снижение у детей агрессивности и страхов, по
книге О. В. Хухлаевой
«Практические материалы для работы с детьми 3-6 лет »**

С 3 ЛЕТ

1. «Мячик»

Цели

- формировать у детей доверие к окружающим;
- способствовать повышению самоуважения детей.

Поскольку у агрессивных детей чаще всего отсутствует доверие к окружающему миру на фоне сниженного самоуважения, им будет полезно следующее упражнение.

Ребенок садится на корточки, голову прижимая к коленям. Взрослый «лепит» из него мячик, поглаживая его с разных сторон. Если ребенок легкий, «мячик» можно поднять несколько раз вверх. Если присутствуют двое взрослых, «мячик» можно покидать друг другу.

С 4 ЛЕТ

2. «Прогони Бабу-Ягу»

Цели

- содействовать символическому уничтожению страхов детей;
- помочь детям проявить их агрессию в конструктивных целях.

Ребенка просят представить, что в стул залезла Баба-Яга, надо обязательно прогнать ее оттуда. Она очень боится громких криков и шумов. Ребенку предлагается прогнать Бабу-Ягу, для этого надо покричать и постучать по стулу пустыми пластмассовыми бутылками.

3. «Цирк»

Цель • способствовать снижению у детей сверх контроля за проявлением гнева.

Ведущий изображает дрессировщика, а дети —дрессированных собачек, лошадей, потом —тигров. Животные не всегда слушаются дрессировщика, а тигры даже рычат на него. Они не хотят слушаться дрессировщика, но он заставляет их делать это.

Потом дети и взрослый меняются ролями, роль дрессировщика они выполняют по очереди.

С 5 ЛЕТ

4. «Конкурс художников»

Цель

• разрушать стереотипное восприятие агрессивных персонажей сказок и фильмов. Ведущий заранее готовит черно-белые рисунки какого-нибудь сказочного агрессивного персонажа (рис. 5 — см. Приложение). Детям предлагается поиграть в художников, которые смогут сделать этот рисунок добрым. Всем детям даются заранее приготовленные рисунки, к которым они пририсовывают «добрые детали»: пушистый хвост, яркую шляпку, красивые игрушки и т. п.

При этом можно устроить конкурс — чей персонаж выглядит добрее всех?

5. «Почему подрались мальчики»

Цель

- развивать у детей рефлекссию (способность анализировать причины и следствия) своего агрессивного поведения.

Ведущий заранее готовит рисунок, на котором изображены дерущиеся мальчики (рис. 6 — см. Приложение). Показывает этот рисунок и предлагает придумать, почему ребята подрались, чем закончится драка, будут ли они жалеть о том, что подрались, и как можно было бы поступить по-другому.

На последующих занятиях можно рассматривать другие аналогичные рисунки, задавая те же вопросы.

6. «Я могу защитить...»

Цель • формировать у детей способность использовать агрессивные действия в социально желательных целях.

Дети и ведущий перебрасываются мячиком. Тот, у кого в руках мячик, заканчивает фразу «Я могу защитить...». Если дети достаточно взрослые, можно использовать фразу «Я могу защитить..., потому что...».

7. «Три подвига Андрея»

Цель • формировать у детей способность использовать агрессивные действия в социально желательных целях.

Упражнение можно выполнять индивидуально или в группе, в которой один ребенок на время становится основным действующим лицом, а остальные наблюдают за происходящим.

Ведущий рассказывает историю о мальчике Андрее, который часто дрался. Как-то раз он подрался на улице с незнакомым мальчиком и побил его. Но оказалось, что это был не мальчик, а волшебник. Он рассердился на Андрея и забросил его на фантастическую планету. Выбраться оттуда домой Андрей сможет только тогда, когда совершит три подвига, очень трудных и опасных. Далее дети вместе с ведущим придумывают и разыгрывают эти подвиги, например, как Андрей избавил город от громадного злого дракона или спас маленькую девочку от беспощадного бандита. Остальные дети при этом играют сопутствующие роли, например, роли дракона, замка, в котором он жил, деревьев в дремучем лесу по дороге к замку и т. п. Каждый подвиг может разыгрываться на отдельном занятии.

8. «Я не упаду»

Цель

- формировать у детей доверие к окружающим.

На полу ведущий раскладывает канат (толстую веревку) примерно двухметровой длины, так, чтобы получилась какая-нибудь замысловатая фигура. Один ребенок снимает обувь и становится на край каната двумя ногами (пяточка одной ноги касается пальцев другой). Ему завязывают глаза. Затем взрослый, страхуя ребенка, дает команды, способствующие его передвижению по канату («шаг вперед», «шаг влево», «шаг вправо» и т. п.). Ребенку необходимо, не сойдя с каната, пройти его весь — с начала до конца. Это упражнение выполняют по очереди все дети.

Упражнение можно повторять несколько раз, постепенно усложняя траекторию пути — начинать с простых фигур из каната, затем усложнять их.

9. «Мышарик»

Цели

- предоставить детям возможность отреагировать на свои агрессивные чувства;
- формировать у детей доверие к окружающим.

Ведущий рассказывает детям сказку и при этом делает одному из них массаж. Ребенок ложится на матрасик (можно на учительский стол), а взрослый рассказывает сказку, руками изображая действия персонажей на спине ребенка. «Жил-был маленький мышарик, вот как-то раз решил он поселиться на спине у (Кати, Вани...) около шеи (ведущий бегаёт пальцами по спине ребенка, затем "ложится спать" около его шеи). Но хитрый заяц решил съесть мышарика, он прискакал на спину к (Кате, Ване...) (пальцы ведущего скачут по спине ребенка). Нашел заяц мышарика и давай его зубами хватать (ведущий пощипывает спину ребенка). Но мышарик рассердился и съел зайца (ведущий захватывает зайца своей ладонью)». Далее на спину ребенка приходят олень, волк, медведь, слон. Ведущий разыгрывает на спине ребенка бои этих животных с мышариком. Всякий раз мышарик одерживает победу. Затем ведущий говорит, что от такого количества съеденного у мышарика заболел живот, он идет в туалет (ведущий на некоторое время сжимает свою руку в кулак и прижимает его к спине ребенка), а затем снова весело гуляет по спине ребенка (ведущий бегаёт пальцами по спине ребенка).

10. «Петушинный бой»

Цель

- стимулировать проявление агрессии у детей со страхами, аффективная стимуляция ребенка.

Дети со страхами часто имеют трудности в проявлении агрессии, поэтому им будет полезно следующее упражнение.

Двое детей — петушки, — прыгая на одной ноге, дерутся подушками. При этом они стараются сделать так, чтобы соперник наступил второй ногой на пол, что означает его проигрыш.

11. «Конкурс "боюсек"»

Цель • предоставить детям возможность актуализировать свой страх и поговорить о нем.

Дети быстро передают друг другу мячик. Получивший его должен назвать тот или иной страх человека, например, боязнь темноты, боязнь одному оставаться дома, боязнь вампиров и т. п. Выглядит это так: ребенок, получивший мяч, называет какой-нибудь страх, например: «Дети боятся оставаться одни», после чего передает мяч другому ребенку. Тот говорит свою фразу, например: «Дети боятся спать одни», и передает мяч следующему и т. п. Повторяться нельзя. Кто не может быстро придумать страх, выбывает из игры. В конце определяется победитель конкурса — это ребенок, который назовет как можно больше «боюсек».

12. «Чужие рисунки»

Цель

- предоставить детям возможность обсудить свои и чужие страхи.

Детям показывают нарисованные другими детьми «страхи». Глядя на эти рисунки, дети должны рассказать, чего, по их мнению, боялись авторы рисунков и как им можно было бы помочь.

13. «Закончи предложение»

Цель

- предоставить детям возможность актуализировать свой страх и поговорить о нем.

Детям предлагается по очереди закончить предложения: «Дети обычно боятся...» «Взрослые обычно боятся...» «Мамы обычно боятся...» «Учителя (воспитатели) обычно боятся...» При обсуждении делается вывод о том, что иногда страх испытывают все люди и это совсем не стыдно. Причем часто бывает так, что некоторые страхи с возрастом исчезают, например, ни один взрослый уже не боится оставаться один дома, а подростки даже любят быть одни и закрывают дверь своей комнаты.

14. «Очень страшное»

Цель

- предоставить детям возможность актуализировать свой страх и поговорить о нем. Каждому из детей предлагается нарисовать рисунок на тему «Что-то очень страшное», а затем рассказать о нем.

15. «Превратись в игрушку»

Цель

- предоставить детям возможность проявить реальные чувства.

Каждый ребенок выбирает из кучи маленьких пластмассовых игрушек, изображающих агрессивных персонажей, ту, в которую он хотел или мог бы превратиться. Затем от имени этой игрушки составляет рассказ. Понятно, что в рассказе присутствуют собственные конфликты и желания.

16. «Книга моих подвигов»

Цель

- содействовать повышению самооценки детей.

Сначала ведущий вместе с детьми придумывает историю о том, как ребенок совершает подвиг — побеждает какое-либо злое существо. Затем ведущий вместе с одним из детей разыгрывает эту ситуацию, остальные дети наблюдают за тем, как это происходит. После этого каждый ребенок придумывает и рисует «свой собственный подвиг». После того как рисунки готовы, дети показывают их группе и рассказывают о них.

17. «Одень страшилку»

Цель

- дать детям возможность поработать с предметом своего страха.

Ведущий заранее готовит черно-белые рисунки какого-нибудь страшного персонажа: Бабы-Яги, привидения и т. п. (образец такого рисунка — см. рис. 7 в Приложении). Каждый ребенок получает экземпляр рисунка. Он должен «одеть его» при помощи пластилина. Ребенок выбирает пластилин нужного ему цвета, отрывает маленькие кусочки и размазывает их внутри контура страшилки. Когда дети «оденут» свои страшилки, они рассказывают о них группе. Ведущий стимулирует рассказы своими вопросами. Например: что этот персонаж любит и не любит, кого боится, кто боится его? И т. п.

18. «Дорисуй страшного»

Цель

- помочь детям в проявлении чувств по отношению к предмету страха.

Ведущий заранее готовит незавершенные черно-белые рисунки страшного персонажа: скелета, привидения и т. п. (за образец можно взять рис. 8 — см. Приложение). На занятии он раздает эти рисунки детям и просит дорисовать их. Затем дети показывают свои рисунки и рассказывают истории про них.

С 6 ЛЕТ

19. «Школа пуганья»

Цели

- предоставить детям возможность актуализировать чувство страха и отреагировать свои агрессивные чувства;
- развивать у детей рефлексивность агрессивного поведения и обучать их контролировать свои действия в угрожающих ситуациях.

Взрослый предлагает детям поступить в необычную школу — школу пуганья. На уроках в этой школе учащиеся учатся пугать друг друга различными способами.

Урок 1. «Испугаем разными способами»

Дети должны придумать разные способы того, как можно испугать человека (взрослый их записывает). Если дети затрудняются словесно выразить предлагаемые варианты, взрослый помогает им. Как правило, дети могут говорить, что человека можно испугать криком, громким стуком, страшными словами, страшным смехом, страшным лицом или картинкой.

После этого взрослый выдает одному из детей задание испугать остальных тем или иным способом из составленного ранее списка. За каждое выполненное задание в специальном дневничке ставятся плюсы. При этом взрослый обращает внимание каждого ребенка на то, чтобы он строго следовал предложенному заданию, например: «Испугать только лицом, но молча», или «...только криком, но не меняя выражение лица». Можно предложить ребенку подойти к зеркалу и убедиться в том, что страшный крик или страшные слова («Я тебя съем» и т. п.) не сопровождаются изменениями мимики. В этом случае ребенок учится осознавать и контролировать свои действия.

В конце урока ведущий договаривается с детьми, что все «изученное» в этой необычной школе должно остаться тайной, чтобы никто из ребят об этом не узнал.

Это необходимо для того, чтобы дети не начали применять «полученные знания» на практике в классе или в группе детского сада.

Естественно, занятие должно заканчиваться расслаблением детей. Можно предложить им удобно устроиться в креслах, закрыть глаза и послушать звуки в комнате, в коридоре, на улице. При этом ведущий сам закрывает глаза, слушает звуки и некоторые тихонечко называет, чтобы привлечь к ним внимание детей.

Урок 2. «Рисунок чего-то очень страшного»

Детям предлагается нарисовать что-то «...такое страшное, чего можно испугаться». Затем один или несколько рисунков «оживляются» или инсценируются для того, чтобы дать детям возможность открыто проявить чувство страха.

Урок 3. «Страшная маска»

Каждому ребенку предлагается, используя маленькие кусочки пластилина, сделать на бумаге маску какого-нибудь страшного персонажа. При этом взрослый следит за тем, чтобы кусочки тщательно размазывались по бумаге, и с помощью вопросов «Где он живет? Что он любит?» и т. п. побуждает ребенка рассказывать о своем персонаже. Особое внимание уделяется тому, чтобы ребенок тщательно изобразил глаза, по возможности описал словами взгляд персонажа. Очень важно, чтобы в маске присутствовали средства проявления агрессии (клыки, зубы, ядовитая слюна, рога и т. п.), а также свидетельства ее проявления (например, кровь). После того как маска будет готова, ребенок вырезает, а затем примеряет ее и рассматривает себя в зеркале. Можно предложить ему побыть в роли этого персонажа, произнести какие-нибудь страшные звуки, поугаать кого-либо. Затем маску надевает ведущий или другой участник и пугает ребенка, который должен показать испуг как можно выразительнее.

Урок 4. «Страшная рука»

Предлагается тем же способом, что и на предыдущем уроке, с помощью пластилина изобразить на бумаге руку страшного персонажа. Для этого каждый ребенок сначала обводит свою руку, затем обмазывает ее пластилином так, чтобы она стала «очень-очень страшной». Потом можно предложить желающим составить рассказ, в котором главным героем была бы созданная ими страшная рука.

Урок 5. «Страшный рисунок на полу»

Для выполнения этого упражнения необходим кусок обоев или бумаги по росту ребенка. Упражнение можно выполнять индивидуально или в группе, в которой один ребенок на время становится основным действующим лицом, а остальные наблюдают за происходящим.

Ведущий предлагает этому ребенку нарисовать портрет ка-кого-нибудь страшного сказочного персонажа в полный рост. Для этого на пол кладется кусок обоев или бумаги, ребенок на него ложится, а взрослый обводит контуры его тела. Затем сам ребенок, другие участники и взрослый вместе раскрашивают полученный контур так, чтобы он был похож на выбранный ребенком образ. Если на предыдущих

занятиях ребенок рисовал страшную маску, можно сразу же положить ее на контур тела. Получается очень страшный портрет очень страшного героя.

Урок 6. «Страшный кукольный театр»

Также, как и предыдущее, это упражнение можно выполнять индивидуально или в группе, в которой один ребенок на время становится основным действующим лицом, а остальные наблюдают за происходящим.

На этом занятии ребенок сначала вырезает по контуру фигуру очень страшного сказочного героя. Затем ему предлагается устроить кукольный театр.

Два составленных вместе стула закрывают куском ткани (лучше черной). Это — ширма, сверху кладут вырезанную фигуру. Взрослый и остальные дети, исполняющие роль зрителей, хлопают, как перед началом спектакля. Ребенок садится на корточки за ширму и сочиняет рассказ от лица этого сказочного героя — рассказывает о том, где он жил раньше, что он любит сейчас, и т. п.

Потом взрослый и ребенок меняются ролями. Ребенок становится зрителем, а взрослый — страшным персонажем. При этом взрослый видоизменяет рассказ ребенка: его персонаж раньше был нормальным хорошим человеком, но его заколдовала злая ведьма. Теперь же он хоть и совершает злые дела, но ему грустно и одиноко. Он просит зрителей расколдовать его. Ребенок расколдовывает страшного героя, а потом опять идет за ширму и составляет свой рассказ, по возможности похожий на рассказ взрослого. Взрослый «расколдовывает» его и предлагает ему в будущем защищать детей и взрослых от таких же не расколдованных героев.

Фактически вся процедура представляет собой серию упражнений. Они могут выполняться последовательно или же в свободном порядке, в индивидуальной работе или в группе. В последнем случае остальные участники «работают» на одного ребенка, хотя и сами получают при этом положительный опыт.

20. «Планеты»

Цель • предоставить детям возможность отреагировать агрессивные чувства и способствовать развитию у них навыка самоконтроля.

Детям предлагается путешествие по различным планетам, каким — они должны придумать сами. Взрослый раскладывает на столе вырезанные из бумаги круги разного размера — планеты — и просит детей придумать им названия и представить себе людей, которые на этих планетах будут жить. Далее дети вместе со взрослым путешествуют по планетам, взаимодействуют с существами, которые их населяют. Каждый из детей является хозяином одной планеты. Он определяет характер ее обитателей, основные конфликты на планете и т. п. Когда все дети «прибывают» на его планету, он играет роль местных жителей, которые либо вступают в контакт с гостями, либо конфликтуют с ними, к примеру, заставляя все время учиться или работать, и т. п.

21. «Маленькие человечки»

Цель • способствовать снижению у детей сверх контроля за проявлением гнева.

Для проведения упражнения ведущий заранее готовит вырезанных из плотной бумаги маленьких человечков: мужчину и женщину (например, см. рис. 9

в Приложении). Детям предлагается раскрасить их, придумать им имя, а затем разыграть какую-нибудь историю, в которой бы присутствовали злые люди.

22. «Рисование кусочками»

Цель • предоставить детям возможность проявления реальных чувств.

Это упражнение полезно детям с деструктивной, берущей свое начало в раннем возрасте (от года до трех лет) агрессивностью. Такие дети любят любые процессы разрушения — рвать, ломать, резать и т. п. В то же время они могут испытывать трудности в рисовании из-за страха сделать ошибку. Им будет полезно следующее упражнение.

Детям предлагается сначала разрезать листы цветной бумаги на мелкие кусочки, а затем сделать из них любую аппликацию на чистом листе. После этого можно составить рассказ по выполненной аппликации.

23. «Дом ужасов»

Цель • предоставить ребенку возможность для актуализации своего страха.

Детям предлагается представить и нарисовать Дом ужасов и его обитателей. Затем дети по очереди показывают группе свои рисунки. Выбирается один самый страшный Дом ужасов, этот рисунок «оживляется». Имеется в виду, что из одного или нескольких участников ребенок — автор рисунка, «строит» Дом ужасов. Остальные играют роли его обитателей и по заданию автора рисунка выполняют те или иные действия.

24. «Лабиринт страхов»

Цель • предоставить ребенку возможность для актуализации своего страха.

Детям дается рисунок, на котором изображен пустой лабиринт (см. рис. 10 в Приложении). Предлагается «заселить» его страшными персонажами. После выполнения задания дети показывают работы группе, рассказывают о них. Ведущий старается сделать так, чтобы работы вызвали неагрессивный смех детей.

25. «Парикмахерская»

Цель • снизить степень страха через придание объектам страха несвойственных им, непривычных характеристик.

Ведущий просит детей закрыть глаза и представить себе какое-нибудь страшное существо, которого обычно боятся все дети. Затем они рисуют то, что представили. После этого взрослый рассказывает, что это существо — девушка, которая собирается выйти замуж. Поэтому ей необходимо посетить парикмахерскую, где ей сделают красивую прическу. Ребенок выступает в роли парикмахера, а затем визажиста, то есть рисует ей красивую прическу, подкрашивает глаза, надевает серьги и т. п. Если это существо мужского пола, то можно сделать красивую стрижку, нарисовать модный галстук, пиджак и т. п.

26. «Страшная сказка по кругу»

Цель • помочь детям довести страх до гротеска.

Дети при помощи ведущего, по очереди добавляя каждый по 1-2 предложения, сочиняют страшную сказку. Сказка должна «нагромоздить» так

много страшного, чтобы обратить страшное содержание в смешную противоположность. Например:

«Алеша по дороге в школу увидел собаку. Она оказалась громадной. Она была к тому же очень голодна. Алеша очень испугался. Собака с оскаленной пастью бросилась к Алеше. Алеше

некуда было спрятаться. Он снял рюкзак и стал туда залезать, чтобы спрятаться от собаки. Собака начала страшно лаять. Алеше от страха захотелось в туалет. Потом он начал громко кричать: "Помогите!"

Собака испугалась его и убежала. Оказывается, она почуяла запах бутерброда из Алешинного рюкзака и ждала, что он угостит ее».

27. «Больница»

Цель • вызвать у детей сопереживание объектам страха.

Детей просят закрыть глаза и представить какое-либо страшное существо, которого обычно боятся все дети. После этого предлагают нарисовать того, кого они представили. Затем взрослый сообщает, что у страшного существа очень болят зубы, распухла щека. Каждому ребенку нужно нарисовать на его лице страдание (слезы, повязку и т. п.). Затем взрослый рассказывает, что это существо очень боится идти к врачу, оно, так же как и дети, не любит лечить зубы. Ребенку нужно превратиться в доброго и внимательного врача, которого никто не боится, и «вылечить» это страшное существо — нарисовать его заново, но уже веселым и счастливым.

Приложение №5
Конспект
коррекционно-развивающего занятия по сказкотерапии
с элементами песочной терапии

Конспект коррекционно-развивающего занятия по сказкотерапии с элементами песочной терапии «Путешествие в волшебную страну»

Возраст детей: старшая группа

Вид занятия – путешествие

Длительность занятия -20 мин.

Вступительное слово

Сказкотерапия является наиболее эффективным средством выявления и устранения некоторых трудностей. Современная наука доказала, что сказка имеет огромное воспитательное значение для детей. С ее помощью взрослые передавали детям сведения о нормах морали и поведения в обществе. Многие сказки дошли до наших дней и демонстрируют правила, как необходимо себя вести, чтобы было хорошо окружающим и тебе.

Не смотря на огромное значение и влияние сказок в жизни детей, хотелось бы добавить элементы песочной терапии. Песочная терапия – сравнительно новый, но так же как и сказкотерапия очень эффективный метод психологической помощи детям. А игра с песком в сочетании со сказкотерапией может творить чудеса. Таким образом, вашему вниманию предлагается разработка занятия для дошкольников «Путешествие в волшебную страну»

Цель занятия:

- Обогащение опыта социально - нравственного поведения детей в процессе разрешение моделируемых проблемных игровых ситуаций
- Развитие фантазии
- Воспитание положительного отношения к нравственным ценностям
- Снятие мышечного, эмоционально – психического напряжения.
- Развитие тактильно-кинестической чувствительности и мелкой моторики рук;
- Совершенствование зрительно-пространственной ориентировки, речевые возможности;

Задачи:

1. Образовательные:

- Обучить специальным движениям и их выполнение детьми
- Учить рисовать на световом планшете
- Учить заниматься коллективной деятельностью, считаясь с интересами и мнениями других детей.

2. Развивающие:

- Развивать психические процессы (внимание, память)
- Развивать внимание, интерес, умение эмоционально реагировать на поступки, события.
- Развивать эмоционально- чувственный мир детей.

- Развивать коммуникативные навыки детей.
- Развивать тонкие тактильные ощущения, мелкую моторику
- Стимулировать развитие сенсорно – перцептивной сферы, особенно тактильно – кинестетической чувствительности.

3. Воспитательные:

- Воспитывать доброжелательные отношения между детьми, желание активно взаимодействовать, помогать друг другу, вежливо обращаться.
- Воспитывать желание, готовность совершать добрые поступки по отношению ко всему живому.
- Воспитывать желание прийти на помощь попавшему в беду, умение пожалеть, позаботиться о нем.
- Совершенствовать навыки позитивной коммуникации
- Воспитывать чуткость, отзывчивость, умение сопереживать.
- Доставлять радость от совместной деятельности

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.
5. Но самое главное: **песочная терапия** — это **игры с песком**, где «ПРАВИЛ НЕ СУЩЕСТВУЕТ!»

Какова же структура занятий по методу «песочная терапия для детей»?

Сначала ребенку рассказывается, что из песка можно что-то построить, а можно на нем рисовать; по желанию, в песок добавляется вода; предлагается набор фигурок. Затем ребенка просят взять корзинку, набрать фигурок, которые понравились. Инструкции можно давать следующие: «Построй сказочный город», «Построй сказочный мир», «Построй город своей мечты».

У детей, в отличие от взрослых, картины редко бывают статичными. Как правило, строя сказочный мир, ребенок разыгрывает сцены, озвучивая своих героев. Даже «молчуны» после нескольких занятий начинают проявлять свои эмоции в звуках, словах, репликах. Кстати, это ещё одно яркое подтверждение тому, что **песочная терапия** непосредственно влияет на **развитие речи у детей**.

После того, как ребенок построит свою картину на песке, он должен придумать название и немного рассказать о своей работе. Если не хочет рассказывать о своей постройке, то принуждать не надо. По окончании занятия ребенок должен сам разобрать свою работу, так как в следующий раз «сказочная страна» будет другой.

Материалы и оборудования: Лазерный проектор, компьютер, световой планшет для песочной анимации, песок, волшебные человечки.

Используемые новые образовательные технологии: здоровье берегающие (сказкотерапия, песочная терапия).

Место проведения: музыкальный зал

Предварительная работа:

- Беседы, чтение сказок, притчей
- Рассматривание сюжетных иллюстраций
- Знакомство со свойствами песка,
- Знакомство с техникой рисования на песке

Интеграция образовательных областей:

- Социально – коммуникативное развитие
- Познавательное развитие
- Речевое развитие
- Художественно - эстетическое развитие

Ход занятия

Звучит легкая музыка

1. Психолог приглашает детей для участия в коррекционно-развивающем занятии по коррекции эмоционально-волевой сферы (страхи).

Педагог-психолог оглашает принципы работы в группе.

2. Ритуал приветствия «Клубок дружбы» 1 мин.

3. Упражнение на снятие мышечного напряжения «Здравствуй мир»

Здравствуй, небо голубое, здравствуй, Солнце золотое,

Здравствуй Матушка-Земля, журчание ручья.

Здравствуй синий океан, здравствуй шумный ураган,

Здравствуй снежная гора, и мышьяная нора.

Здравствуй музыка без слов Белоснежных облаков,

Чудный голос соловья, здравствуй алая заря.

Здравствуй тёплый ветерок, зреет в поле колосок,

Люди за руки взялись, В хороводе обнялись.

Чувства нежные проснулись, все друг другу улыбнулись. 1 мин.

Погружения в сказку

4. Сейчас вы почувствовали тепло рук и улыбки свой друзей. Вам спокойно и легко. Мы испытываем чувство защищенности, радости, спокойствия, умиротворения. Но ведь так бывает не всегда. Порой мы чувствуем злость, печаль, страх (дети показывают эмоции).

Утром мне пришло письмо из волшебной страны с мольбой о помощи. У них случилось несчастье. Послушайте их историю (психолог читает первую часть сказки «Волшебный город»).

Дорогие мои мы отправляемся в путешествие дорогу нам покажет волшебный клубок (звучит музыка педагог-психолог бросает клубок он показывает дорогу).

5. Посмотрите ребята что случилось с городом и их жителями ?!

6. Вопросы детям с целью выяснения причины негативных эмоций у волшебных людей. 2 мин.

7. Как мы можем им помочь?

Ответы детей

8. Работа с песком 6 мин.

«Ребята мы можем им помочь. Добрая фея оставила нам указания. При помощи волшебного песка мы избавим город от злости и печали, научим людей улыбаться и радоваться, избавим их от страха и печали. Что же такое страх

Говорят, в глухих местах

Жил когда-то лютый страх.

Не видал его никто,

Не слышал его никто...

Только слух пустили птицы:

Страх в пустой норе таится!

Но каков же он, каков

ЭТОТ СТРАХ?

Может выше облаков

ЭТОТ СТРАХ?

Может скользкий он и липкий

ЭТОТ СТРАХ?

Как змея наверно гибкий

ЭТОТ СТРАХ?

Кто-то ходит за спиной -

ЭТО СТРАХ!

Тронет лапой ледяной -

ЭТО СТРАХ!

Побежит по телу дрожь -

ЭТОТ СТРАХ!

Кто-то шепчет: "Не уйдешь!" -

ЭТО СТРАХ!

Перестали птицы петь,

Похудел толстяк Медведь,

Волком взвыла Росомаха:

- КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ СТРАХА?»

Песок поможет нам материализовать наши творческие фантазии, развить мелкую моторику рук, избавиться от страха и злости. Я предлагаю окунуться в мир песочной фантазии. Закройте глаза, возьмите в руки песок, пропустите его сквозь пальцы, почувствуйте прохладу и шероховатость песчинок. Прислушайтесь к своим ощущениям. Вам спокойно и легко.

«**Ладшки**». Медленно опустите ладони на песок. Подарите свои чувства «песчаной вечности». Все страхи унесет песок. Он очистит и излечит. Подарит умиротворение. **(музыка)**

Ребята обратите внимание, возле Вас находятся волшебные шкатулки откройте их. В них таятся волшебные камни

Помочь себе можно нарисовав волшебный дом где царит любовь и спокойствие, радость и нежность. Но для начала избавимся от страха. Выберете из камней те

камни, которые вызывают страх, злость, печаль, засыпьте их песком. Так, Вы избавитесь от негативных чувств. Из множества камней, в которых хранятся тайны, возьмите те камни, который вызывает у Вас чувства умиротворения, спокойствия и радости, любви . Их может быть несколько. Положите их около себя.

Нарисуйте свой дом. По контуру дома, разместите камни- позитива, если желаете, украсьте свой дом. Подарите себе нарисованный дом.

Этот дом надежд и умиротворения - Ваш. Он полон любви и нежности, спокойствия и добродетели, он излучает свет исцеления. Окунитесь в него и наполнитесь позитивом.

Ребята нарисовав дом мы избавили наших человечков от страхов и тревог. А теперь нам пора отправляться в наш любимый детский сад.

9.Рефлексия

Приложение

СКАЗКА О ВОЛШЕБНОМ ГОРОДЕ

Когда-то давным-давно в одном чудесном городке жили маленькие веселые человечки. Жизнь их была светла и беззаботна. Жители ходили друг к другу в гости не только по праздникам, но и просто так.

Но однажды в город пришла беда. Налетел черный ураган, и всё в жизни жителей изменилось. Исчезли смех и радость, а когда на город спускался вечер, вместе с ним приходил страх. Кто-то вдруг начинал бояться темноты, кто-то оставаться один дома, а кто-то боялся простую кошку или собаку, и у каждого человека страх был свой.

Как-то раз в город приехал цирк, и все жители пришли на представление, ноу них были хмурые лица и никто, ни разу даже не улыбнулся, хотя клоун смешил изо всех сил. Тогда один клоун придумал раздать всем зрителям краски и нарисовать то, чего они боятся.

Когда все рисунки были готовы, их сложили в огромную кучу, и факир пустил в них свою молнию. В тот же миг все страхи превратились в кучу пепла, а в город вернулись радость и веселье. И тогда все поняли, что страх можно победить, нужно только очень этого захотеть!

Конспект
коррекционно-развивающего занятия по сказкотерапии с
элементами песочной терапии
«Волшебные гномики»

Возраст детей: старшая группа

Вид занятия – путешествие

Длительность занятия -20 мин.

Цель занятия: обогащение опыта социально - нравственного поведения детей в процессе разрешения моделируемых проблемных игровых ситуаций, развивать креативное мышление и фантазию.

Ход занятия

1. Ритуал приветствия. «Здравствуй мир»

**Здравствуй, небо голубое,
Здравствуй, Солнце золотое,
Здравствуй Матушка-Земля, и журчание ручья.
Здравствуй вольный ветерок,
Здравствуй маленький дубок,
Мы живём в одном краю, всех я вас приветствую.**

2. Сейчас вы почувствовали тепло рук и улыбки свой друзей. Вам спокойно и легко. Мы испытываем чувство защищенности, радости, спокойствия, умиротворения. Но ведь так бывает не всегда. Порой мы чувствуем самые разные и противоположные чувства злость-радость, печаль-спокойствие, восторг- страх (дети показывают эмоции). Посмотрите на экран к нам в гости пришли волшебные гномики .Каждый из гномиков испытывает чувства и эмоции .Давайте назовём эмоции.

3. Но ребята посмотрите последний гномик испытывает страх. А вам когда-нибудь было страшно?. Что же такое страх?.

Говорят, в глухих местах

Жил когда-то лютый страх.

Не видал его никто

Не слышал его никто.....

Только слух пустили птицы:

Страх в пустой норе таится!

Но каков же он, каков

ЭТОТ СТРАХ?

Может выше облаков

ЭТОТ СТРАХ?

Может скользкий он и липкий

ЭТОТ СТРАХ?

**Кто-то ходит за спиной -
ЭТО СТРАХ!**

**Побежит по телу дрожь -
ЭТОТ СТРАХ!**

**Кто-то шепчет: "Не уйдешь!" -
ЭТО СТРАХ!**

**Перестали птицы петь,
- КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ СТРАХА?»**

Ребята Чтобы избавиться от страхов и злости нужно очень этого захотеть. Как вы думаете, как это можно сделать. (нарисовать, слепить из пластилина и рассмешить свой страх).

Кто-то рисует гуашью,

Кто-то карандашом,

Я предлагаю рисунок создать песком,

Это совсем не сложно, и в общем-то замечательно.

Песком рисовать увлекательно

4. Давайте поможем нашему гномику избавиться от страха. Нарисуем его страх. Закройте глаза, возьмите в руки песок, пропустите его сквозь пальцы, почувствуйте прохладу и шероховатость песчинок. Прислушайтесь к своим ощущениям. Вам спокойно и легко.

5. **«Нарисуй свой страх, победи его».** До упражнения желательно поговорить с ребенком: «Чего ты боишься, когда тебе бывает страшно, было ли такое, когда ты сильно испугался». Затем ребенку предлагают нарисовать то, чего он боится. Необходим большой лист бумаги, карандаши или краски. После рисования еще раз поговорите, чего же он конкретно боится. Затем возьмите ножницы и попросите ребенка разрезать «страх» на мелкие кусочки, а мелкие – еще на более мелкие, помогите ребенку в этом. Когда «страх» рассыплется на крошечные кусочки, покажите ребенку, что теперь его собрать невозможно. Заверните эти мелкие кусочки в большую бумагу, подойдите к мусорному ведру и выкиньте туда, затем с ребенком сходите и выбросите весь мусор – он вам не нужен, его увезут и сожгут, а вместе с мусором сожгут и «страх», и больше его никогда не будет.

6.Рефлексия

Приложение №5

«Мудрые притчи для детей»

Я советую читать детям притчи, это те же сказки, только с глубоким смыслом. С 5-6 лет детям уже доступны для понимания некоторые притчи, особенно если вы параллельно будете объяснять им кое-что и приводить примеры.

Притча "Два совета"

Посоветовала лиса ежу в парикмахерскую сходить.

- Такие колючки, – говорит она, а сама облизывается, – больше не носят. Теперь в моде прическа «под черепаху»!

Послушался еж совета и пошел в город.

Хорошо, что вслед за лисой сова мимо него пролетала.

- Ты уж тогда сразу попроси себя огуречным лосьоном и морковной водой освежить! – узнав, в чем дело, сказала она.

- Зачем? – не понял еж.

- А чтобы лисе вкуснее есть тебя было! – объяснила сова. – Ведь до этого ей колючки твои мешали!

И только тут еж понял, что не всякому совету и, уж тем более, не всякому, дающему совет, можно верить!

Автор притчи: Монах Варнава (Евгений Санин). Из книги: Маленькие притчи для детей и взрослых.

Притча "Примета"

Увидела примета человека, который в нее не верит, и подумала:

- Ну, сейчас и ты у меня быстро станешь моим!

Послала она черную кошку перебежать перед человеком дорогу, а через пару шагов выкопала ямку.

Споткнулся человек, идет дальше, прихрамывая.

Но о том, что это связано с кошкой, даже и не подумал.

Разозлилась примета. Заставила она черную кошку еще раз перебежать через дорогу.

И выкопала уже не ямку, а целую яму!

Погладил черную кошку человек, заметил опасность на пути и обошел стороной яму.

А заодно и дрожащую от бессильной злобы примету, которая поняла, что ничего ей не сделать с человеком, который не верит ни в какие приметы!

Автор притчи монах Варнава (Евгений Санин)

Притча "Хрупкие подарки"

Как-то в одно селение пришёл и остался жить старый мудрый человек. Он любил детей и проводил с ними много времени. Ещё он любил делать им подарки, но дарил только хрупкие вещи. Как ни старались дети быть аккуратными, их новые игрушки часто ломались. Дети расстраивались и горько плакали. Проходило какое-то время, мудрец снова дарил им игрушки, но ещё более хрупкие.

Однажды родители не выдержали и пришли к нему:

- Ты мудр и желаешь нашим детям только добра. Но зачем ты делаешь им такие подарки? Они стараются, как могут, но игрушки всё равно ломаются, и дети плачут. А ведь игрушки так прекрасны, что не играть с ними невозможно.

- Пройдёт совсем немного лет, - улыбнулся старец, - и кто-то подарит им своё сердце. Может быть, это научит их обращаться с этим бесценным даром хоть немного аккуратней?

Притча о гвоздях

Жил - был очень вспыльчивый и несдержанный молодой человек. И вот однажды его отец дал ему мешочек с гвоздями и наказал каждый раз, когда он не сдержит своего гнева, вбить один гвоздь в столб забора.

В первый день в столбе было несколько десятков гвоздей. Потом он научился сдерживать свой гнев, и с каждым днем число забиваемых в столб гвоздей стало уменьшаться. Юноша понял, что легче контролировать свой темперамент, чем вбивать гвозди.

Наконец пришел день, когда он ни разу не потерял самообладания. Он рассказал об этом своему отцу и тот сказал, что на сей раз каждый день, когда сыну удастся сдержаться, он может вытащить из столба по одному гвоздю.

Шло время, и пришел день, когда юноша сообщил отцу о том, что в столбе не осталось ни одного гвоздя. Тогда отец взял сына за руку и подвел к забору:

- Ты неплохо справился, но ты видишь, сколько в столбе дыр? Он уже никогда не будет таким, как прежде. Когда говоришь человеку что-нибудь злое, у него остается такой же шрам, как и эти дыры. И не важно, сколько раз после этого ты извинишься, - шрам останется.

Притча о любви

Обязанность без любви делает человека Раздражительным

Ответственность без любви делает человека Бесцеремонным

Справедливость без любви делает человека Жестоким

Правда без любви делает человека Критиканом

Воспитание без любви делает человека Двуликим

Ум без любви делает человека Хитрым

Приветливость без любви делает человека Лицемером

Компетентность без любви делает человека Неуступчивым

Власть без любви делает человека Насильником

Честь без любви делает человека Высокомерным

Богатство без любви делает человека Жадным

Вера без любви делает человека Фанатиком

Есть только одна великая преображающая сила – любовь!

Притча о правде и лжи

Пошли три мальчика в лес. В лесу грибы, ягоды, птицы. Загулялись мальчики. Не заметили, как день прошёл. Идут домой - боятся: «Попадет нам дома!». Вот остановились они на дороге и думают, что лучше: соврать или правду сказать?

- Я скажу, - говорит первый, - будто волк на меня напал в лесу. Испугается отец и не будет браниться.

- Я скажу, - говорит второй, - что дедушку встретил. Обрадуется мать и не будет бранить меня.

- А я правду скажу, - говорит третий. - Правду всегда легче сказать, потому что она правда и придумывать ничего не надо. Вот разошлись они все по домам. Только сказал первый мальчик отцу про волка, глядь - лесной сторож идёт.

- Нет, - говорит, - в этих местах волков. Рассердился отец. За первую вину рассердился, а за ложь - вдвое.

Второй про деда рассказал, а дед тут как тут - в гости идёт. Узнала мать правду. За первую вину рассердилась, а за ложь - вдвое.

А третий мальчик как пришел, так с порога во всем повинился. Поворчала на него мама, да и простила.

Когда любая гавань хороша?

Однажды один богатый купец захотел показать сыну мир, познакомить со своим компаньоном из другой страны и поэтому взял его в путешествие. Во время путешествия отец с сыном останавливались в очень дорогих гостиницах, отец всегда учил, чтоб сын требовал отношения к себе как к господину, тогда ему будут давать лучшую комнату в гостинице, лошади - отличное стойло в конюшне, а кораблю - хорошее место в гавани.

Они путешествовали в собственной кибитке, которая была запряжена двумя лошадьми. В один ненастный день их повозка застряла в грязи, место было безлюдным. Вскоре стемнело и полил дождь. Отец с сыном распрягли лошадей и верхом вынуждены были добираться до ближайшей деревни. Гостиницы там не было и они стали стучаться в дома. Люди, услышав незнакомый язык, не открывали двери, но что-то кричали в ответ. Так уставшие странники прошли всю деревню и только дверь самой последнего дома открылась. Старая старушка вся в лохмотьях пригласила их войти. Сын купца, увидев почерневшие стены и потолок, попятился к двери.

- Отец, давай не будем ночевать в такой грязной лачуге, - сказал юноша.

- В бурю любая гавань хороша, - ответил ему отец и дал старушке медную монету. Хозяйка прижала монету к сердцу и засмеялась.

- Она так искренне радуется медной монете, будто она золотая, - усмехнулся молодой человек.

- Как в бурю любая гавань хороша, так и в бедности любая монета золотая. - отметил отец.

Настоящая мать

Однажды скулящего совсем ещё слепого щенка подбросили во двор. Кошка, которая жила в этом дворе и у которой в это время родились котята, перенесла щенка к своим деткам и стала кормить его молоком. Щенок совсем скоро перерос приёмную мать, но, слушался её, как и прежде.

- Ты должен каждое утро вылизывать свою шерсть до блеска, - кошка учила щенка, и малыш старался, вылизывая себя язычком.

И вот однажды к ним во двор забежала овчарка. Обнюхав щенка, она добродушно сказала:

-Здравствуй щенок! Ты тоже овчарка. Мы с тобой одной породы.

Увидев кошку, овчарка злобно залаяла и бросилась на неё. Кошка зашипела и запрыгнула на забор.

-Давай вместе с тобой, щенок, прогоним отсюда кошку,- предложила собака.

-Давай уходи прочь из нашего двора и не смей трогать мою маму, -грозно зарычал щенок.

-Она не может быть твоей мамой, она же кошка! Твоей мамой должна быть такая же овчарка, как и я, - сказала овчарка, засмеялась и убежала со двора.

Щенок задумался, но кошка ласково промурлыкала:

-Кто кормит ребёнка, тот для него настоящая мать.

В магазине у Бога

Одной женщине приснился сон: за прилавком магазина стоял сам Бог.

-Господи! Это действительно ты?- воскликнула женщина с радостью.

-Да, это я,- ответил Бог.

-А что у тебя можно купить?- решила спросить женщина.

-У меня ты можешь купить абсолютно всё,- ответил Бог.

-Тогда дай мне, пожалуйста, счастья, здоровья, успеха, много денег и любви.

Бог улыбнулся ей в ответ и удалился в подсобное помещение за всем заказанным. Спустя некоторое время он вернулся с маленькой бумажной коробочкой в руках.

-Разве это всё?!- удивилась разочарованная женщина.

-Да это всё, - ответил Бог.- А разве ты не знала что в моём магазине продаются только семена?

Желание чудес

Одному человеку очень хотелось стать могущественным. Прослышав, что высоко в горах есть мудрец, который может творить чудеса, он отправился к нему. Готовил ему пищу, укутывал ноги и делал всё, что полагается в таких случаях. Старик был очень добр и приветлив, но когда его спрашивали о чудесах, неизменно повторял одно:

— Я простой человек и не знаю никаких чудес.

Но хитрец думал так: «Вот верный признак мудреца. Так может сказать только тот, кто знает. Тот же, кто заявляет о себе, как о знающем, ничего не стоит».

Прошло время. Человек не уходил. День и ночь он прислуживал мудрецу, надеясь выудить у него тайну. Однажды ночью человек взялся массировать старику ноги, расспрашивая его о чудесах. Вскоре старик захотел спать и сказал:

— Достаточно. Прекрати!

Но хитрец сказал ему:

— Я не прекращу до тех пор, пока Вы не откроете мне тайну о том, как творить чудеса!

— Хорошо, — сказал мудрец, — будь по-твоему! Я дам тебе очень могущественное заклинание. Ты должен произнести его девять раз после того, как задумаешь желание. Это очень могущественное заклинание! Поэтому любое твоё желание сбудется.

Получив то, о чём мечтал, молодой человек очень обрадовался и начал собирать свои вещи. А мудрец говорит ему:

— Но не спеши, есть одно условие.

— Что ещё за условие? — спросил тот.

— Чтобы сбылось твоё желание, ты должен полностью сконцентрироваться на нём в тишине. И, самое главное, ты не должен думать о жёлтой обезьяне!

— О, это не проблема! — сказал тот. — Я никогда не думал ни о каких обезьянах.

И он ушёл. Ещё по пути домой ему начали мерещиться какие-то рожицы. Но он спешил и не обращал на это особого внимания. Ему не терпелось поскорее сесть в тишине и загадать желание.

Когда он подошёл к своему дому, ему показалось, что изо всех окон на него смотрят обезьяны. «Что за наваждение?» — подумал он. Но это было только начало! Как только он сел, загадал желание и произнёс заклинание, тут-то всё и началось. Обезьяны окружили его. Они кричали, строили рожицы, дёргали его за одежду. Это было невыносимо!

К утру он уже и не мечтал ни о каких чудесах. Единственным его желанием было уснуть. Но тщетно! Обезьяны повсюду преследовали его.

К вечеру следующего дня еле живой, молодой человек добрался до хижины старца. Тот ждал его.

— Что? Беспокоили обезьяны? — спросил мудрец, улыбаясь.

— Не время смеяться. Разве это смешно? — ответил горе-ученик. — Беспокоили ли меня обезьяны? Вы старый человек и Вам не стыдно так шутить? Я принял Вас, как своего учителя, а Вы? Я чуть с ума не сошёл! Возьмите Ваше заклинание назад и освободите моё сознание. Вместо того чтобы научить меня чудесам, Вы развили во мне сознание обезьяны.

Мудрец, мягко улыбаясь, сказал:

— Ты сам виноват. Я же предупредил тебя, что не знаю никаких чудес.

Кроме того, я хотел показать тебе, насколько неразвит и порабощён твой ум. И тебе, прежде всего, следует заняться его развитием.

Причина страдания

Один мудрец утверждал, что самая банальная причина страданий заключается в том, что человек сознательно хочет быть несчастным. Вот почему в абсолютно одинаковых ситуациях один будет счастлив, а другой нет.

Мудрец рассказал о своей маленькой дочери, которой очень не хотелось отправляться в летний лагерь. Чтобы развеять её дурное настроение, он дал ребёнку несколько почтовых открыток, предварительно адресовав их себе.

— Каждый день просто пиши на открытке «У меня всё хорошо» и опускай её в почтовый ящик.

Девочка подумала немного и спросила:

— А как пишется слово «плохо»?

Счастье

Бог слепил человека из глины, и остался у него неиспользованный кусок.

— Что ещё слепить тебе? — спросил Бог.

— Слепи мне счастье, — попросил человек.

Ничего не ответил Бог, и только положил человеку в ладонь оставшийся кусочек глины.

Материнская любовь

В одном доме жили две женщины. У каждой из них было по младенцу. У одной женщины младенец ночью умер. Она своего мертвого ребенка положила другой женщине. Когда та проснулась, то увидела, что мертвый ребенок не ее. Женщины стали спорить и пошли на суд к самому царю Соломону. Каждая из них утверждала, что это ее ребенок, и что другая хочет отобрать его. Соломон внимательно выслушал обеих женщин и сказал:

- Никто не знает, чей живой ребенок и чей мертвый. Чтобы не было обидно ни той, ни другой из вас, я велю разрубить ребенка пополам и каждой дать по половинке.

Одна женщина ответила:

- Так будет лучше.

А другая закричала:

- Нет, не рубите младенца, а лучше уж отдайте его другой.

Тогда все увидели, которая из двух женщин мать, и которая чужая для ребенка.

День держания хвоста трубой и носа морковкой

Улыбка – самый простой способ стать счастливее. Как в часто в детстве мы грустили? Очень редко, а если и случались печали, то они были мимолетны! А все потому, что мы чаще улыбались! И придумывали тысячи разных поводов для этого!

Можно, конечно слепить кого-то, кто будет делать это за тебя. Но гораздо интереснее примерить маску благополучия, как новый, удобный костюм, и – кто знает, – оставаться в нем столько, сколько захочется!

А можно натурально отрастить хвост, и на все возражения держать его восклицательным знаком собственной правоты. В любом случае, безмятежная улыбка помеси снеговика и сенбернара будет держать неприятности на хорошем расстоянии от вашей драгоценной персоны!

Невротический ребёнок

Маленькая Мэри с матерью пришли на берег моря.

- Мама, можно, я поиграю в песке?
- Нет, дорогая. Ты испачкаешь свою чистую одежду.
- Мама, можно, я побегаю по воде?
- Нет. Ты намокнешь и простудишься.
- Мама, можно мне поиграть с другими детьми?
- Нет. Ты затеряешься в толпе.
- Мама, купи мне мороженое.
- Нет. Ты простудишь горло.

Маленькая Мэри начала реветь. Мать повернулась к стоявшей неподалёку женщине и сказала:

- Господи Боже мой! Вы когда-нибудь видели такого невротического ребёнка.

Приложение Фотоотчёт

Психопрофилактическая работа с родителями



Любой конфликт легко улажу,
О вас рисунок мне расскажет.
Таланты разовью в ребенке,
Мир в детском сердце очень тонкий.

И дети мне доверяют -
Ведь я их души понимаю...

А.А. Марчук



Психопрофилактическая работа с родителями



**Психолог – человек,
Кто детским душам помогает,
Кто тайны детские все знает,
Кто по рисунку и ответам
Дает всем нужные советы.
Сердца кто детские излечит,
И в душах зажигает свечи.
По жестам узнает все тайны,
Слова ее все не случайны...**

А.А. Марчук

Психопрофилактическая работа с педагогами



Забудешь всё когда в руках песок
Он символ времени и лучшее лекарство
Ведь проведя с песком всего часок
Построить сможешь своё царство



Пусть в душе хоть буря, хоть гроза,
В нём смысл жизни можно разыскать.
Хочу я Вам про тайну рассказать,
Нет ничего полезнее песка

**Выступления на методических объединениях
2015- 2016 учебный год**







Нет ничего приятнее песка
Ведь лечит он детей сердца и души
Уйдёт весь страх, уныние, тоска
Песочной терапией зло разрушим
А.А.Марчук

Коррекционно-развивающая работа с детьми





**«ВОСПИТАНИЕ, ГЛАВНЫМ ОБРАЗОМ, ДОЛЖНО
ЗАСЕЯТЬ СЕРДЦА ПОЛЕЗНЫМИ ДЛЯ РЕБЁНКА И
ОБЩЕСТВА ПРИВЫЧКАМИ- ПРОЩАТЬ И
ЛЮБИТЬ»
ГЕЛЬВЕЦИЙ К.**

Групповая коррекционно-развивающая работа



«Если вы хотите воспитать ум вашего ребенка, воспитывайте силы, которыми он должен управлять. Постоянно упражняйте его тело; делайте его здоровым и сильным; пусть он работает, действует, бегаёт, кричит; пусть всегда находится в движении; пусть будет он человеком по силе, и вскоре он станет им по разуму...»

Руссо Жан-Жак



Индивидуальная коррекционно-развивающая работа





**Кто-то рисует гуашью,
Кто-то карандашом,
Я предлагаю рисунок создать песком,
Это совсем не сложно, и в общем-то замечательно,
Песком рисовать увлекательно...**

Коррекционная работа с детьми младшего дошкольного возраста





«Дети с угнетенными чувствами - это, как правило, дети с угнетенным интеллектом, обедненной мыслью. Там, где нет свободного проявления чувств, немислим коллективный духовный порыв, коллективное переживание идеи »

Василий Александрович Сухомлинский

Список использованной литературы

1. Веракса А.Н., Гуторова М.Ф. Практический психолог в детском саду: пособие для психологов и педагогов. - 2-ое изд., испр. - М.: Мозайка-синтез, 2016. - 144с.
2. Веракса А.Н. Индивидуальная психологическая диагностика дошкольника : Для занятий с детьми 5-7 лет. - М.: Мозайка-синтез, 2016. - 144с.
3. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014. — 368 с.
4. Грабенко, Т.М. Игры с песком, или песочная терапия [Текст] / Т. М. Грабенко // Дошкольная педагогика. - 2014. - № 5. - С.26 – 29.
5. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Практикум по сказкотерапии [Текст] / Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. - СПб. : ООО "Речь", 2012. - 310 с.
6. Рыбакова С. Г. Арт-терапия для детей с ЗПР [Текст] : [учеб. пособие] / Рыбакова С. Г. - СПб. : Речь, 2011. - 139 с.
7. Ткаченко, Т.А. Моделирование и проигрывание сказок на индивидуальных логопедических занятиях с дошкольниками [Текст] / Т. А. Ткаченко // Практическая психология и логопедия. - 2013. - №3-4. - С.74-81.
8. Соколов, Д. Аналитическая сказкотерапия [Текст] : уровни анализа сказок / Д. Соколов // Школьный психолог (Прил. к газ. "Первое сентября"). - 2014. - №19. - С. 26 – 30.
9. Зинкевич, - Евстигнеева, Т. Сказки для мальчиков и девочек [Текст / Зинкевич - Евстигнеева Т. // Обруч. - 2010. - № 6. - С. 13 - 16.
10. Фигдор, Г. Сказки и психическая переработка душевных конфликтов [Текст] / Г. Фигдор / Дошкольное воспитание . - 2010. - №1. - С. 13 - 18.
№ 13. - С. 36-43.
11. Белинская, Е. Волшебный мир детства [Текст] / Е. Белинская // Школьный психолог (Прил. к газ. "Первое сентября"). - 2007. - № 18. - С. 18-32.
12. Грабенко, Т.М. Игры с песком, или песочная терапия [Текст] / Т. М. Грабенко // Дошкольная педагогика. - 2014. - № 5. - С.26 – 29
13. Ульянова, Э. Приключения в песочном дворике [Текст]: [песочная психотерапия] / Э. Ульянова // Дошкольное образование (Прил. к газ. "Первое сентября"). - 2015. - №12. - С. 4-5.
14. Шоакбарова С.И. Конспекты психолого-педагогических развивающих занятий для дошкольников. - СПб. : ООО «Издательство «Детство-пресс»», 2013. - 64с.
15. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Практикум по креативной терапии [Текст]: учеб. пособие / Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. - СПб. : Речь, 2013. - 400 с.
16. Кузуб Н.В., Э.И. Осипук Э.И. В гостях у песочной феи. Организация педагогической песочницы и игр с песком для детей дошкольного возраста. Методическое пособие для воспитателей и психологов дошкольных учреждений. СПб.: Речь: М.: Сфера, 2011. - 61 с.
17. Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. СПб.: Речь, 2010. - 176 с.
18. Эль Г.Н. Человек, играющий в песок. Динамичная песочная терапия. – СПб.: Речь, 2010. – 2008.

19. Интернет-ресурсы. Материал из Википедии — свободной энциклопедии. Песочная терапия.
20. Логинова О.И. Песочная терапия, 2010

.