

А. А. Тепикина

МБДОУ «Д/С №335 г. Челябинска»,

г. Челябинск

ИГРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ЮНГИАНСКАЯ ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА В СОВРЕМЕННОМ ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ

Данная статья дает представление о песочной терапии, как об одном из средств развития ребенка дошкольного возраста.

Все новое – это хорошо забытое старое.

Жак Пеше.

Познание окружающего нас мира происходит через пять органов чувств и самое древнее из них тактильное ощущение. Первое ощущение ребенка в мире – это тоже тактильное ощущение. Какой ребёнок не любит возиться в песке? Дети любят играть в песок. Летом мы часто наблюдаем, как они строят запруды у ручейков, песочные замки на пляже, а дети помладше лепят кулички в песочнице. В игре дети фантазируют, разбираются во взаимоотношениях, проживают свои чувства. Такая игра позволяет им восстановить равновесие в своей душе и разобраться в окружающем мире в случае каких-то неудач, обид, встреч с сильными чувствами. Играя в свои игры, они развиваются и познают окружающую действительность.

Это, казалось бы, незамысловатое развлечение многих поколений детей имеет глубокую психологическую основу, оказывающую влияние на саморазвитие. В начале 20 века швейцарский психолог и философ Карл Густав Юнг впервые обратил внимание на терапевтический эффект от игры с песком при психических расстройствах детей и взрослых. Он стал применять этот метод для психокоррекции своих пациентов и в дальнейшем описал его. Метод этот приобрел название юнгианского. Он нашел широкое применение в практической, а впоследствии и детской психологии.

Юнгианская песочная терапия – это исследование поведения ребёнка, анализ его переживаний и способ наладить взаимоотношения с окружающим миром посредством игры с песком. Песочная терапия сегодня – это одна из игровых технологий и эффективный способ помочь ребёнку дошкольного возраста вырасти гармоничной и целостной личностью.

Юнгианская песочница является уменьшенной и упрощенной моделью окружающего мира, местом, где во внешнем мире могут разыграться внутренние сражения и конфликты маленького человека. Выразив их и посмотрев на свой внутренний мир со стороны, ребенок, играючи, находит решения для вполне реальных жизненных задач. Происходит это за счет того, что при каждой игре в песочнице ребенок неоднократно создает свой мир из песка, разрушает его, создает новый, и так снова и снова. Благодаря этому уходит страх ошибок, неуверенность в своих силах, сомнения – это дает ребенку осознание того, что все может пройти, закончиться, и на месте старого, ушедшего начнется новое, а значит и бояться этой большой и пока такой незнакомой жизни не стоит. Занятия в песочнице уменьшают невротические проявления у детей: повышенную тревожность, беспокойство при социальных контактах, боязливость в новых ситуациях, излишнюю впечатлительность, а также негативизм в отношениях с близкими и сверстниками.

Терапевтические игры с песком для детей дошкольного возраста: что нужно для игр в юнгианской песочнице?

Для песочной терапии используется деревянный ящик, окрашенный изнутри и снаружи голубой или синей краской. Габариты ящика для одного-трех детей должны быть примерно 50*70*8 см. Голубой или синий цвет – это символы неба и воды, кроме того, эти цвета действуют успокаивающе на психику ребенка. Ящик может быть и из других материалов, но предпочтение следует отдать именно дереву. Ящик должен быть водонепроницаемым, потому что в процессе игр песок приходится мочить. На 2/3 объема ящик засыпается песком. Песок должен быть чистым, просеянным, можно использовать речной

или морской песок, главное, чтобы он не был не слишком мелким и не слишком крупным. Он должен быть сыпучим и приятным на ощупь.

Для игр в песочнице нужна коллекция миниатюрных игрушек. Размер игрушек не должен превышать 8 см.

Игрушками для песочной терапии могут быть:

Человеческие персонажи, куклы, миниатюрные статуэтки. Их можно подбирать отдельно, а можно приобрести игрушки в магазине отдельными тематическими группами.

Фигурки животных. Подойдут фигурки из «Киндер-сюрприза». Это могут быть дикие, домашние, доисторические животные.

Предметы домашнего обихода: детская посуда, домики, флаконы из-под духов и туалетной воды, коробочки из-под кремов.

Сказочные персонажи добрые и злые.

Персонажи из комиксов и «мультяшные» герои.

Украшения, сувениры.

Природные элементы: ветки, цветы, коряги, интересные сучки деревьев.

Методика песочной терапии может быть применима не только в психологии для психокоррекции, но и в домашних условиях в познавательных целях. Родители, которые всерьез озабочены воспитанием маленького человека, смогут с помощью песочной терапии успешно корректировать поведение своих детей. Задания на занятиях по песочной терапии даются поэтапно. Постепенно они усложняются, и из простых игр перерастают в настоящие художественные произведения. Занятия могут быть индивидуальными и коллективными.

Примерные игровые упражнения для занятий в юнгианской песочнице.

- «Познакомимся!». Позвольте ребенку дотронуться до песка. Пусть он погладит его, потрогает. Предложите нарисовать линии змейки, используя разные части руки, например, палец, ребро, ладонь.

- «Хаос». Дети берут жменью песка и бросают в расставленные игрушки. Этим они выражают свои эмоции и живущие в них комплексы. Если

ребенок с головой уходит в это занятие, для взрослого – это знак, что у малыша не все в порядке. Он выражает растерянность, страхи и переживания, от которых надо избавляться.

- «Борьба». Фигурки и игрушки кроха разделяет на 2 противоборствующие группы. Они ведут между собой борьбу, причем орудием выступает песок. Не стоит указывать ребенку, какие игрушки будут добрыми силами, а какие злыми (именно в этом выражается суть борьбы). Он сам должен определить участников группы.

- «Исход». Движения становятся плавными. Фигурки объединяются по парам. Наступает равновесие и гармония.

- «Дождь». Кроха набирает песок в руку и, постепенно выпуская его, равномерно рассыпает. Песок похож на дождик. Упражнение тренирует мышечный тонус кисти.

- «Угадай». Фигурки зарываются в материал, пока ребенок закрывает глаза. Руками на ощупь он должен потом угадать, какие фигурки зарыты в песке. Это упражнение тренирует тактильные ощущения и одновременно способно заинтересовать кроху.

- «Веселая история». Постройте фигурки. Пусть ребенок запомнит, в каком порядке они стоят. Затем заройте их. Задача малыша – достать фигурки и расставить их в том же порядке, как они стояли. Если малыш учит буквы, можно взять буквы из пластмассы и зарыть их в песок. Когда буквы будут найдены, из них можно сложить слово.

В юнгианской песочной терапии ребенку предлагается создать что-либо в песочнице, при этом обращается внимание, что при желании можно использовать воду, фигурки, предметы, а после завершения композиции ему предоставляется возможность дать название построению, как «если бы это была картина», и рассказать что-нибудь о композиции. Четкой инструкции нет, она определяется обстоятельствами. В течение всего времени игры ребенка взрослый: педагог, родитель или психолог обеспечивает «свободное и безопасное пространство», а именно, является внимательным сопровождающим

лицом, старающимся понять ребенка и доносящим по возможности свое желание понять. Его позиция – это «активное присутствие», он не руководит процессом, а только следует за развитием фантазии ребенка. Он помощник процесса.

В процессе таких игр развивается фантазия детей, речь, мышление, развиваются коммуникативные навыки, творческие способности. Данная технология, несмотря на кажущуюся простоту и доступность, имеет ряд противопоказаний. Юнгианская игровая песочная терапия может навредить аллергикам; детям, страдающим от эпилепсии, а также детям, испытывающим дефицит внимания. Детям, младше трех лет, рекомендовано заниматься только в присутствии педагога и родителей.

Картины на песке это модель мира ребенка. Песочная терапия – это методика, направленная на снятие психологического напряжения. Она позволяет ребенку прикоснуться к своему глубинному «Я», сотворить свой уникальный образ, создать целостную картину миру. Чтобы провести занятия с детьми самостоятельно, вы можете приобрести следующие пособия и книги:

- Т. М. Грабенко и Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева «Практикум по песочной терапии», «Чудеса на песке». Они ориентированы на юнгианский подход (направление в психотерапии, работающее с фантазийной реальностью, в которой живут люди).
- Л. Штейнхард «Юнгианская песочная психотерапия». Книга содержит разнообразные трактовки песочных картин и композиций. С ее помощью можно трактовать психологическое состояние ребенка и его созданий.
- Н. А. Сакович «Технология игры в песок». Это издание посвящено непосредственно технологии песочных игр.
- Эль Галин «Человек, играющий в песок». Здесь представлена технология работы со взрослыми.

Подводя итог вышесказанному, хочется еще раз обобщить и повторить, что занятия песочной терапией помогают ребенку лучше выражать свои мысли, рассказывая о своих песочных творениях; научиться отвечать за свои поступки

и действия; полагаться на собственные силы; развивать самооценку; преодолевать последствия психологических травм. С помощью игровой песочной терапии дети восстанавливают душевную гармонию, снимают страхи и стрессы, решают проблемы в общении, повышают самооценку и устанавливают душевный покой.

Литература:

1. Кузуб, Н. В., Осипук, Э.И. В гостях у Песочной Феи. Организация «педагогической песочницы» и игр с песком для детей дошкольного возраста [Текст] / Н. В. Кузуб, Э. И. Осипук // Вестник практической психологии образования.– 2006. –№ 1. –С. 66–74.
2. Штейнхардт, Л. Юнгианская песочная терапия. [Текст] / Л. Штейнхардт. – СПб.: Питер, 2001. – 320 с: ил.