

Иванова Ирина Геннадьевна

воспитатель

МБДОУ «Д/С «Колосок»

с. Красноармейское, Чувашская Республика

DOI 10.31483/r-166751

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ В ДЕТСКОМ САДУ: ВОЛШЕБНЫЙ МИР НА КОНЧИКАХ ПАЛЬЦЕВ

***Аннотация:** в статье рассматривается метод песочной терапии как эффективный инструмент развития и психолого-педагогической поддержки детей дошкольного возраста. Описываются возможности метода в работе над эмоциональной сферой, коммуникативными навыками, познавательными процессами и коррекцией поведенческих трудностей в условиях дошкольного образовательного учреждения.*

***Ключевые слова:** песочная терапия, дошкольное образование, эмоциональный интеллект, игровая терапия, сенсорное развитие, арт-терапия, коррекционно-развивающая работа.*

В суете современного мира, насыщенного цифровыми технологиями и высокими темпами, ребенку-дошкольнику как никогда важно пространство для тишины, творчества и безоценочного самовыражения. Таким пространством, где сходятся игра, терапия и развитие, становится песочница – но не простая, а особая, являющаяся сердцем метода песочной терапии.

Песочная терапия – это невербальная форма психокоррекции и развития, где ребенок создает собственный мир в пространстве ограниченной песочницы, используя песок, воду и миниатюрные фигурки. Этот метод, основанный на теории К.Г. Юнга, давно вышел за кабинетные рамки психотерапевта и нашел свое законное место в педагогическом арсенале детского сада.

Почему песок? Педагогическое обоснование метода.

1. *Естественность и доступность.* Песок – природный материал, притягательный для ребенка. Контакт с ним снимает напряжение, умиротворяет, возвращает к тактильным ощущениям, которые часто обеднены в городской среде.

2. *«Свободное и защищенное пространство»* (по Д. Калфф). Четкие границы песочницы (синий низ – вода, синие борта – небо) создают у ребенка чувство безопасности и порядка. Здесь можно всё: разрушать и создавать заново, прятать и находить, ошибаться без последствий.

3. *Преодоление барьеров речи.* Для многих детей, особенно тревожных, застенчивых или с речевыми затруднениями, слова – это преграда. Песочная картина становится их языком, с помощью которого они рассказывают о своих страхах, конфликтах, мечтах и радостях.

4. *Развитие всех сфер личности:*

– когнитивной: активизация воображения, развитие пространственного мышления, внимания, памяти, планирования действий;

– эмоционально-волевой: реагирование негативных эмоций (агрессии, ревности, страха), развитие эмпатии, повышение самооценки через акт творения;

– социальной: в парной или групповой работе дети учатся договариваться, делить пространство и фигурки, совместно создавать сюжет;

– речевой: спонтанно возникающие истории и сюжеты стимулируют речевую активность, обогащение словарного запаса.

Организация центра песочной терапии в ДОУ: от теории к практике.

Для внедрения метода не требуются большие затраты. Необходимы:

Песочница (ящик для пескотерапии): стандартный размер 50x70x8 см, окрашенный в голубой цвет внутри. Желательно иметь две: одну с сухим, другую с влажным песком.

Коллекция миниатюрных фигурок (высотой 5–10 см), разделенная на категории: люди, животные, дома, транспорт, растения, символы (радуга, сундук), природные материалы (камешки, ракушки). Важно, чтобы фигурки были нейтральными, не являясь персонажами конкретных мультфильмов.

Вода, салфетки, поднос для «отдыха» фигурок.

Формы работы в детском саду.

1. *Диагностическая.* Педагог или психолог наблюдает за спонтанной игрой ребенка в песочнице. Выбор фигурок, сюжет, динамика построения мира могут многое рассказать о его внутреннем состоянии.

2. *Коррекционно-развивающая.* Педагог задает определенную тему, соответствующую запросу («Мой страх», «Моя семья», «Сказочный лес», «Остров Дружбы»). Это позволяет мягко проработать конкретные трудности.

3. *Обучающая.* Песочница становится полем для освоения учебных тем: «Животные жарких стран», «Правила дорожного движения», «Счет и геометрические фигуры». Песок идеален для подготовки руки к письму.

4. *Групповая.* Совместное создание «Общего мира» учит детей сотрудничеству, компромиссу и видению общей цели.

Важные принципы для педагога.

Безоценочность. Мы не интерпретируем мир ребенка вслух («А это кто, папа? Он, наверное, злой?»). Мы принимаем и сопровождаем его творчество вопросами от его лица: «Мне интересно, что происходит в этом мире? Кто здесь живет? Что этот герой чувствует?».

Конфиденциальность. Созданный мир – личное пространство ребенка. Его нельзя фотографировать или показывать другим без разрешения автора.

Самостоятельность. Ребенок – творец. Педагог – внимательный, молчаливый свидетель и гарант безопасности процесса.

Заключение.

Песочная терапия в детском саду – это не просто модное веяние, а мостик между внутренним миром ребенка и внешней реальностью. Это инструмент, который позволяет педагогу увидеть невидимое, услышать невысказанное и помочь каждому ребенку найти опору в себе, как песок на дне песочницы. В процессе, казалось бы, простой игры происходит глубокая работа по гармонизации личности, что является главной задачей не только психолога, но и современного воспитателя, стремящегося вырастить не только знающего, но и эмоционально благополучного человека.

Список литературы

1. Грабенко Т.М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии / Т.М. Грабенко, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб., 2018.
2. Сапожникова О.Б. Песочная терапия в развитии дошкольников / О.Б. Сапожникова, Е.В. Гарнова. – М.: Сфера, 2021.
3. ФООП ДО (Федеральная образовательная программа дошкольного образования), раздел «Игровая деятельность» и «Коррекционная работа».