

**Всероссийский конкурс профессионального
мастерства специалистов службы психолого-педагогического сопровождения
«Отдавая сердце – 2026»**

«Волшебный песок»

**Проект по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет
средствами песочной терапии**

Автор проекта:
Байдина Елена Алексеевна,
педагог – психолог
МБДОУ «Майский», корпус 1
Краснокамский м.о.
Пермский край

Паспорт проекта

Наименование учреждения	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Майский»
Название проекта	«Волшебный песок». Проект по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет средствами песочной терапии.
Автор проекта	Педагог -психолог Байдина Елена Алексеевна
Цель проекта	Создание условий для профилактики и коррекции эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет с использованием метода песочной терапии.
Задачи проекта	1. Изучить психологическую и педагогическую литературу, обосновать теоретические основы проблемы профилактики эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет средствами песочной терапии. 2. Подобрать диагностические задания по эмоциональному развитию воспитанников; выявить уровень эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет. 3. Разработать и апробировать комплекс занятий по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет средствами песочной терапии. 4. Выявить динамику в уровне эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет. 5. Обогатить развивающую предметно-пространственную среду материалами и оборудованием для песочной терапии. 6. Организовать индивидуальные встречи с родителями и педагогами по использованию песочной терапии в работе с детьми. 7. Исследовать результативность применения

	песочной терапии в образовательной деятельности ДОУ. 8. Опубликовать лучшую практику в цифровых журналах (видеосюжеты) 1 раз в квартал.
Тип проекта	Педагогический
Сроки реализации проект	Краткосрочный, повторяющийся в течение уч. года (ноябрь - февраль; февраль -апрель).
Ожидаемый конечный результат реализации проекта	1.Изучена психологическая и педагогическая литература, обоснованы теоретические основы проблемы профилактики эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет средствами песочной терапии. 2. Подобраны диагностические задания по эмоциональному развитию воспитанников. 3. Выявлена динамика в уровне эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет. 4. Обогащена развивающая предметно-пространственная среда материалами и оборудованием для песочной терапии. 5. Отобраны игры и упражнения с песком в соответствии с возрастными особенностями развития детей, разработан кейс занятий по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет по профилактике агрессивного поведения, расторможенного эмоционального нарушения, профилактике тревожности. 6. Организованы консультации и мастер-классы для родителей и педагогов по использованию песочной терапии в работе с детьми («Чудеса на песке», «Песочный мир чудес», «Влияние игр с песком на развитие эмоциональной сферы дошкольников»). 8. Исследована результативность применения песочной терапии в образовательной деятельности ДОУ. 9. Практика опубликована в цифровых журналах.

	10. У детей: • стабилизировалось эмоциональное состояние (снижена тревожность, повысилась уверенность и самооценка); • дети могут устанавливать партнёрские отношения друг с другом; • наблюдаются ощутимые результаты в развитии мелкой моторики; • дети способны управлять своим поведением, регулировать своё эмоциональное состояние. 11. Повысилась компетентность родителей в вопросах эмоционального развития дошкольников. 12. Родители вовлечены в совместную коррекционную работу с ребёнком в условиях семьи и детского сада.
Участники	Дети старшего дошкольного возраста с трудностями в развитии эмоциональной сферы, родители, педагог – психолог.

Актуальность.

Проблема психологического благополучия в современном мире приобретает особую остроту. Это озвучено Всемирной организацией здравоохранения в контексте эмоционального благополучия человечества. Анализ психического и психологического здоровья за последние 30-40 лет показал резкое падение показателей этого состояния у всех слоев населения. По статистике в России психическими расстройствами страдает почти 4 млн. человек и порядка двух третей из них приходится на депрессию и тревожные расстройства. В этом аспекте активно рассматриваются вопросы профилактики эмоционального неблагополучия и укрепления физического и психологического здоровья населения. Внимание специалистов направлено особенно на детский возраст, где на дошкольные учреждения и школы ложится большая ответственность за решение этих задач.

Под психологическим здоровьем понимается «состояние душевного здоровья, которое характеризуется отсутствием болезненных проявлений и обеспечивает регуляцию поведения и деятельности, адекватно условиям деятельности» [9]. Одной из составляющих психологического здоровья является эмоциональная сфера личности. Эмоциональная жизнь человека

наполнена многообразным содержанием: эмоции выражают оценочное отношение к отдельным условиям, способствующим или препятствующим осуществлению деятельности (гнев, страх), к сложившимся или возможным ситуациям. Эмоции выступают в роли регуляторов человеческого общения, влияя на выбор партнеров общения и определяя его способы и средства (А. Д. Кошелева, А. В. Запорожец, А. Н. Леонтьев).

Психологическая коррекция, по мнению исследователей А.А. Бодалева, Л.И. Божович, Г.М. Бреслав, С.В. Велиевой, А.И. Захарова предполагает целенаправленную организованную систему психологических воздействий. Основными ее направлениями являются повышение активности и самостоятельности; устранение вторичных личностных реакций, обусловленных эмоциональными нарушениями (агрессивность, повышенная возбудимость, тревожная мнительность, эмоциональный дискомфорт). Большое число работ исследователей посвящено коррекции эмоциональных нарушений детей дошкольного возраста с помощью изобразительного творчества и игры (М.Н. Мартыненко), сказкотерапии (В.С. Мухина), игротерапии (Е.В. Шамарина), музыкотерапии (Г.А. Урунтаева), телесно-ориентированной терапии (В.Д. Шадриков), танцевальной терапии (Р.В. Овчарова), арт-терапии (Л.Д. Лебедева и другие). По мнению М. Ловенфельда, Д. Калффа, К.Г. Юнга, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, Т.М. Грабенко в качестве инструмента для обеспечения эмоционального благополучия детей дошкольного возраста можно также применять средства песочной терапии, которые в образовательном пространстве способствуют приобретению новых навыков взаимодействия и рефлексии, самопонимания и самопринятия.

Постановка проблемы.

Работая с детьми старшего дошкольного возраста я столкнулась с тем, что добиваясь положительных сдвигов в развитии познавательной сферы, не всегда удается уменьшить невротические проявления у некоторых воспитанников. Это такие проявления, как повышенная тревожность, беспокойство при социальных контактах, боязливость в новых ситуациях, излишняя впечатлительность и эмоциональная лабильность, а также негативизм в отношениях с близкими и сверстниками. Эти особенности личности могут существенно ограничить возможности социальной адаптации этих детей как в детском саду и школе, так и во взрослой жизни.

В работе педагога -психолога я использую различные методы и приёмы по развитию и коррекции эмоциональной сферы: игры на выражение гнева в приемлемой форме; приёмы изотерапии; обучение приёмам саморегуляции; обучение навыкам распознавания эмоций; ролевые игры и настольный театр для обучения навыкам общения; игры на повышение самооценки и др. Однако для некоторых ребят они не всегда бывают эффективны. Поэтому

для профилактики эмоциональных нарушений, коррекции застенчивости, тревожности, снижения уровня мышечной зажатости можно использовать и метод игровой песочной терапии.

Пути решения проблемы.

Коррекция эмоциональной сферы через песочную терапию дает возможность решать множество проблем, которые возникают у детей дошкольного возраста: работа с агрессивными, неуверенными и застенчивыми детьми; работа с принятием своих чувств; работа с психосоматическими заболеваниями. Несмотря на то, что песочная терапия практикуется специалистами в России относительно недавно, она уже успела зарекомендовать как эффективный метод психокоррекции детей. Терапия песком является разновидностью терапии выразительными искусствами, которая в свою основу ставит идею о решении разного рода проблем через творчество. Песочная терапия в контексте арт-терапии представляет собой невербальную форму психокоррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении. Оно проявляется в символической форме в процессе создания творческого продукта – образов, миров, ситуаций, построенных определенным образом в песочнице или на световом столе с песком. Метод базируется на сочетании невербальной (процесс построения рисунков, городов, миров и т.д.) и вербальной экспрессии (рассказ о готовой композиции, сочинение истории или сказки, раскрывающий смысл композиции). Песочная терапия одинаково успешно применяется как при работе с детьми, так и при работе со взрослыми.

Песок обладает особыми свойствами. Он является природным материалом, с которым ребенок привыкает манипулировать с самого раннего возраста. При любом взаимодействии с песком используются обе руки, порой одновременно, благодаря чему идет благотворное влияние на развитие правого и левого полушария, а так же их взаимодействия. При таком подходе гармонизируется эмоциональное состояние. У детей активно развивается мелкая моторика. Ребенок учится владеть своими руками, успокаивается, тренирует внимание, воображение, укрепляется нервная система. Давно установлен факт о тесной связи между развитием мелкой моторики и речью. После нескольких песочных занятий дети начинают активнее говорить, становятся более спокойными. Благодаря песочной терапии удается преодолеть нежелание заниматься, негативизм, потому что все происходит в естественной и привычной для ребенка игровой среде. Помимо этого, в работе используются миниатюрные фигуры (люди, животные, деревья, здания, автомобили, мосты). Эти фигуры и материалы необходимы для того, чтобы дать детям стимул сформировать собственный мир [11].

Для использования в работе песочного метода соблюдаю следующие условия работы: согласие и желание ребенка; специальная подготовка

педагога, его творческий подход к проведению занятий; отсутствие аллергии на пыль от сухого песка, кожных заболеваний и порезов на руках; отсутствие легочных заболеваний; отсутствие у ребёнка очень высокого уровня тревожности, невроза навязчивых состояний у ребенка. Упражнения с песком направлены на снижение психофизического напряжения, регуляцию мышечного напряжения, расслабления, развитие воображения, развитие тактильной чувствительности, расширению представлений об окружающем мире.

Цель проекта: создание условий для профилактики и коррекции эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста с использованием метода песочной терапии.

Задачи проекта для педагога:

1. Изучить психологическую и педагогическую литературу, обосновать теоретические основы проблемы профилактики эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет средствами песочной терапии.
2. Подобрать диагностические задания по эмоциональному развитию воспитанников; выявить уровень эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.
3. Отобрать игры и упражнения с песком в соответствии с возрастными особенностями развития детей, разработать кейс занятий по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.
4. Выявить динамику в уровне эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.
5. Обогащать развивающую предметно-пространственную среду материалами и оборудованием для песочной терапии.
6. Организовать мастер-классы и консультации с родителями и педагогами по использованию песочной терапии в работе с детьми.
7. Исследовать результативность применения песочной терапии в образовательной деятельности ДОУ.

Задачи, направленные на развитие детей:

1. Стабилизировать эмоциональное состояние детей.
2. Снизить напряжение, обучить навыкам контроля за своим эмоциональным состоянием; выработать механизм эмпатии, сочувствия и доверия друг к другу.
3. Способствовать устранению конфликтов между детьми.
4. Формировать положительное отношение к себе, развивать свободное общение со взрослыми и детьми.
5. Развивать познавательные процессы (восприятие, внимание, воображение, память, мышление), мелкую моторику.
6. Развивать процессы саморегуляции, способность ребенка прислушиваться к своим ощущениям и учиться передавать их словами.

Задачи для родителей:

1. Способствовать активному вовлечению родителей в совместную деятельность с ребёнком в условиях семьи и детского сада.
2. Повысить компетентность родителей в вопросах эмоционального развития детей.

Тип проекта: педагогический.

Участники проекта: педагог - психолог, дети старшего дошкольного возраста (у которых по результатам диагностики эмоциональной сферы выявлена тревожность, беспокойство при социальных контактах, боязливость в новых ситуациях, излишняя впечатлительность, а также негативизм в отношениях с близкими и сверстниками); родители.

Новизна проекта:

- определение потенциальных возможностей использования средств песочной терапии в профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет;
- разработка кейса занятий по профилактике эмоциональных нарушений у детей старшего дошкольного возраста средствами песочной терапии, который может быть использован в практике дошкольного обучения и воспитания;
- подбор психодиагностических методик по изучению эмоциональных нарушений, что позволит воспитателям и родителям получить достоверную информацию об эмоциональных нарушениях ребенка.

Принципы работы:

- индивидуальный подход к ребёнку;
- чередование интеллектуальной и игровой деятельности, дозирование материала;
- активизация познавательной активности детей;
- проявление тактичности к детям, поощрение малейших успехов детей, своевременная и деликатная помощь каждому ребенку.

Форма организации – индивидуальная; в малой подгруппе (2-4 человека).

Продолжительность проекта: краткосрочный, повторяющийся в течение уч. года (ноябрь - февраль; февраль -апрель).

Проект рассчитан на 12 занятий. Длительность каждого занятия составляет до 30 минут. По истечению срока занятий проект реализуется для следующей подгруппы детей.

Условия реализации проекта:

- помещение для занятий песочной терапией;
- оборудование (песочный световой стол; пластмассовые ящики для песка; приспособления для подгрупповой работы с песком на каждого ребёнка; песок кинетический, песок цветной; лопатки; миниатюрные

игрушки (люди, животные, растения, насекомые); дополнительный материал (камешки, бусинки, пуговицы, кисточки, палочки).

Направления деятельности.

1. Обогащение предметно - развивающей среды.
2. Организация профилактической и коррекционной деятельности.
3. Организация взаимодействия с родителями.
4. Организация взаимодействия с педагогами.

Содержание занятий включает:

1. Профилактику агрессивного поведения. Цель: снижение напряжения, обучение навыкам контроля за своим эмоциональным состоянием, выработка механизма эмпатии, сочувствия и доверия друг к другу.
2. Профилактику расторможенного эмоционального состояния. Цель: устранение конфликтов, разрушение комплексов.
3. Профилактика тревожности. Цель: формирование положительного отношения к себе, развитие свободного общения со взрослыми и детьми.

Этапы реализации проекта:

1. Информационный:

- ✓ Изучение психолого – педагогической литературы и интернет – ресурсов по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет, использованию методов песочной терапии в работе с детьми.
- ✓ Подбор диагностических заданий по эмоциональному развитию воспитанников; выявление уровня эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет.
- ✓ Подбор методического материала для проведения индивидуальных и подгрупповых занятий.
- ✓ Подбор оборудования и пособий для песочной терапии.
- ✓ Разработка проекта по профилактике эмоциональных нарушений у детей 5-7 лет, составление перспективного плана.

2. Содержательный:

- ✓ Индивидуальные и подгрупповые занятия с детьми в соответствии с тематикой перспективно – календарного плана.
- ✓ Консультации и практикумы для родителей («Чудеса на песке», «Песочный мир чудес», Влияние игр с песком на развитие эмоциональной сферы дошкольника»).
- ✓ Мастер – классы для педагогов по использованию песочной терапии в образовательном процессе («Игры с песком», «Возможности песочной терапии»).
- ✓ Семинар – практикум для педагогов «Игры в песочнице».

3. Заключительный:

- ✓ Анализ проведенной работы по проекту за учебный год.

✓ Презентация опыта работы на педагогическом совете.

✓ Фотоотчет о реализации проекта «Волшебный песок».

Составление рекомендаций и памяток для родителей и педагогов.

Структура занятия:

1. Демонстрация песочницы.
2. Демонстрация коллекции фигурок.
3. Знакомство с правилами игр на песке.
4. Формулирование темы занятия, инструкций к играм, основное содержание занятия (этот шаг осуществляет сказочный герой - Песочный Человечек).
5. Завершение занятия, ритуал выхода.

Ожидаемый результат:

1. Изучена нормативно – правовая документация по организации работы с детьми по профилактике эмоциональных нарушений; изучена литература по использованию песочной терапии в работе с дошкольниками.
2. Подобраны и апробированы диагностические задания по эмоциональному развитию воспитанников 5-7 лет.
3. Разработан и апробирован комплекс занятий по профилактике эмоциональной сферы у детей 5-7 лет средствами песочной терапии.
4. Выявлена динамика в развитии эмоциональной сферы у детей 5-7 лет.
5. У воспитанников наблюдается:
 - снижение психоэмоционального напряжения;
 - положительная динамика в умении устанавливать контакт с окружающими;
 - уменьшение признаков проявления агрессивности, демонстративных реакций;
 - повышение уверенности в себе, самооценки;
 - снижение уровня тревожности;
 - способность управлять своим поведением, регулировать своё эмоциональное состояние.
6. Разработаны рекомендации для родителей и педагогов по использованию песочной терапии в работе с дошкольниками.
7. Родители и педагоги вооружены знаниями о значении песочной терапии в профилактике эмоциональных нарушений дошкольника.

Оценка результативности проекта.

В качестве основных методов, позволяющих выявить особенности эмоционального развития и оценить эмоциональное состояние ребенка используются: наблюдение, эксперимент и проективные рисуночные тесты. При оценке эмоционального развития дошкольников учитываем следующие параметры, разработанные Л. П. Стрелковой:

- адекватная реакция на различные явления окружающей среды;
- дифференциация и адекватная интерпретация эмоциональных состояний других людей;
- широта диапазона понимаемых и переживаемых эмоций, интенсивность и глубина переживания, уровень передачи эмоционального состояния в речевом плане, терминологическая оснащенность языка;
- адекватное проявление эмоционального состояния в коммуникативной сфере.

Для оценки результативности программы используются следующие методики:

- Проективный тест В. Амен, М. Дорки, Р. Теммл.
- Методика «Паровозик» .Учебно-методическое пособие. Сост. Велиева С.В. СПб: Речь, 2005.
- Методика «Кактус» М.А. Панфиловой.

Перспектива дальнейшего развития проекта: трансляция опыта работы на районном и краевом уровне.

Глоссарий.

Психологическое здоровье —характеристика индивида, используемая для оценки полноценности его психической жизни и необходимости психологической помощи. Состояние душевного благополучия и адекватного отношения к окружающему миру.

Психологическая коррекция эмоциональных нарушений у детей — хорошо организованная система психологических воздействий, направленная на смягчение эмоционального дискомфорта у детей, повышение их активности и самостоятельности, устранение вторичных личностных реакций, обусловленных эмоциональными нарушениями, таких как агрессивность, повышенная возбудимость, тревожная мнительность и др.

Песочная терапия — метод психологической коррекции, один из видов арт-терапии.

Эмоции — сложный психический процесс, отражающий субъективное отношение человека к существующим или потенциальным ситуациям, а также к объектам рядом или вокруг.

Эмоциональное развитие — процесс, в ходе которого дети учатся распознавать, понимать и выражать свои эмоции, а также развивать способности к эмпатии и социальному взаимодействию. Оно включает в себя:

- Распознавание эмоций. Умение различать свои собственные чувства и чувства других людей.

- **Выражение эмоций.** Способность адекватно демонстрировать свои эмоции (радость, грусть, злость и т.д.) через слова, мимику и действия.
- **Регуляция эмоций.** Навыки управления своими эмоциями, включая умение справляться с негативными чувствами и стрессом.
- **Эмпатия.** Способность понимать и сопереживать другим людям, осознавать их чувства и реагировать на них.

Эмоциональные нарушения - поведенческие проявления, которые не характерны для данного возраста, и при которых наблюдается избыток или недостаток эмоций, когда одна эмоция распространяется на все сферы жизни.

Используемая литература:

Нормативно-правовая база:

- 1.«Об образовании в Российской Федерации» - Федеральный закон РФ от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ
- 2.Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования от 1.01.2014 г.
3. «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами»— Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.04.2008 № АФ-150/06

Литература:

1. Андреев Т.А. Использование кинетического песка в работе с дошкольниками. СПб: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2016.-128 с
2. Александров, А.А. Аналитико-катартическая терапия эмоциональных нарушений: Учебное пособие / А.А. Александров. - СПб.: СпецЛит, 2014. - 232 с.
3. Андреева И. Н. Азбука эмоционального интеллекта. СПб. : БХВПетербург, 2017. 288 с.
4. Бодалев А. А. Личность и общение: Избранные труды. М. :Педагогика, 2013. 328 с.
5. Бреслав Г. М. Психология эмоций. М. : Академия, 2018. 238 с.
6. Венгер А. Л. Психологическое обследование старших дошкольников. М. : Владос-Пресс, 2018. 315 с.
7. Выготский Л. С. История развития высших психических функций: сборник сочинений. М. : Педагогика, 2009. 244 с.
8. Гонина О. О. Психология старшего дошкольного возраста. М. : Флинта, 2016. 194 с.
9. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Практикум по песочной терапии. СПб : «Речь», 2016. 282 с.

10. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Игры в сказкотерапии. СПб. : Речь, 2016. 208 с.
11. Гранина И. В. Песочная терапия в психотерапии. Екатеринбург, 2017. 65 с.
12. Демьянов Ю. Г. Диагностика психических нарушений: практикум. СПб. : МиМ, Респекс, 2019. 224 с.
13. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии. . – СПб.: «Речь», 2007.
14. Изард К. Эмоции человека. М. : Юнити-Дана, 2016. 71 с.57
15. Катаева Л. И. Работа психолога с застенчивыми детьми. М. : Книголюб, 2017. 56 с.
16. Кошелева А. Д. Эмоциональное развитие дошкольников: учебное пособие для студентов. М. : Академия, 2013. 176 с.
17. Красавина А. В. Профилактика эмоциональных нарушений у детей дошкольного возраста методами песочной терапии // Вопросы педагогики и психологии. 2020. № 2. С. 118–125.
18. Кряжева Н. Л. Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет. Ярославль : Академия развития, 2017. 208 с.
19. Копытин, А.И. Арт-терапия детей и подростков / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская. - М.: Когито-Центр, 2014. - 197 с.10.
20. Киселева М. В. Арт-терапия в работе с детьми. – СПб.: «Речь», 2008.
21. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. СПб. : Речь, 2018. 254 с.
22. Лопатина О. Г. Психолого-педагогическая работа с родителями по профилактике нарушений эмоциональной сферы дошкольников // Справочник педагога-психолога. Детский сад. 2017. № 4. С. 65–78.
23. Макарова Е. А. Программа «Путешествие по песочной стране». СПб. : Питер, 2018. 52 с.
24. Маклаков А. Г. Общая психология. СПб. : Питер, 2017. 592 с.
25. Мамайчук И. И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии. СПб. : Речь, 2017. 220 с.
26. Мешавкина Т. Ф. Использование песочной терапии в работе с дошкольниками. Екатеринбург, 2016. 78 с.
27. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: учебник для студ. вузов. М. : изд. центр «Академия», 2019. 456 с.
28. Никитин, В.Н. Арт-терапия: Учебное пособие. / В.Н. Никитин. - М.: Когито-Центр, 2014. - 328 с.
29. Психология эмоций. СПб. : Питер, 2016. 496 с.
30. Сакович Н. А. Технология игры в песок. Игры на мосту. СПб. : Речь, 2016. 176 с.

31. Урунтаева Г. А. Дошкольная психология: учебное пособие для студентов. М. : Академия, 2016. 336 с.
32. Штейнхардт Л. Юнгианская песочная психотерапия. — СПб.: Питер, 2001.
33. Шамарина Е. В. Особенности познавательной и эмоциональной сферы // Педагогика. 2017. № 4. С. 26–35.

Интернет – ресурсы:

<http://www.tiensmed.ru/news/cerebralpalsy-u7s.html>

<http://zdravotvet.ru/priznaki-i-prichiny-dcp-u-rebenka-metody-lecheniya-detskogo-cerebralnogo-paralicha/>

<http://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2016/08/25/ispolzovanie-art-terapevticheskikh-metodov-v-psihologo>

<http://missbagira.ru/themes/ya-mama/chto-takoe-pesochnaya-terapiya>

<http://www.myshared.ru/slide/1331731/>

Примерный тематический план коррекционных занятий по развитию эмоциональной сферы использованием метода песочной терапии

№	Тема	Задачи	Содержание, методы и приёмы.	Отметка о выполнении
1	«Здравствуй, песок»	- Знакомить с кинетическим песком и правилами работы с ним; - развивать тактильные ощущения.	-Приветствие. Ритуал входа в «песочную страну». - Знакомство с песком. - Беседа «Откуда берётся песок?». Правила работы с песком. - Тактильное знакомство с песком. - Ритуал выхода из «песочной страны». -Прощание	
2-3	«Необыкновенные следы»	- Развивать тактильную чувствительность; учить оценивать ощущения; - снимать мышечное напряжение и агрессию; - развивать воображение.	-Приветствие -Вход в «песочную страну». -Массаж с использованием суджок. - Упражнение «Отпечатки наших рук». - Упражнение «Дождик из песка». - Упражнение «Следы на песке» . -Выход из песочной страны. - Рефлексия. -Прощание	

4	«Веселые раскопки». Игры с ограниченным количеством объектов.	- Развивать тактильно – кинестетическую чувствительность и мелкую моторику рук; - развивать фантазию, внимание.	-Приветствие. -Вход в «песочную страну». -Массаж ладошек с использованием суджок. - Упражнения «Волшебный мешочек». -Игровая ситуация «История» (ребенку рекомендуется выбрать: 4 фигурки людей;4 строения: домик, беседка, мостик, башня;4 фигурки животных; и еще 4 объекта на выбор). -Выход из песочной страны. - Рефлексия. -Прощание	
5	«Игра «Цветные острова»	-Развивать умение концентрировать внимание; - выявить проблемные зоны детей; -развивать фантазию.	- Приветствие. -Вход в «песочную страну». - Упражнение «Цветные острова». Ребёнку предлагается взять песок любого цвета и на поверхности создать с его помощью острова, при этом дополнительно можно использовать миниатюрные фигурки. Затем дети отправляются путешествовать по островам друг друга, рассказывая о них. - Выход из «песочной страны». - Рефлексия. - Прощание.	
6.	«Картинки на песке»	1.Знакомить с техникой рисования на песке (световой тол, поверхность бумаги). 2.Формировать умение принять и реализовать творческую задачу.	-Приветствие, вход в «песочную страну». -Разминка для пальчиков . -Практикум (рисование на песке). .-Выход из «песочной страны». -Рефлексия. -Прощание.	
7	«Лес, точно терем	1.Знакомить со способами рисования	-Приветствие. Вход в «песочную страну». -Массаж пальчиков с использованием суджок.	

	расписной».	песком (пальцами, ребром, ладонью). 2.Поощрять оригинальные способы создания кроны деревьев. 3.Способствовать снятию напряжения.	- Практикум. Свободное воспроизведение видов деревьев по образцу, трафаретам, схемам. Воссоздание «лесных» композиций, пейзажей с использованием разных приемов рисования на песке. -Выход из «песочной страны». -Рефлексия. -Прощание.	
8-9.	«Песочный мир».	- Создавать условия для эмоционального раскрепощения, выявлению скрытых проблем.	-Приветствие. -Вход в «песочную страну». - Показ приёмов лепки из кинетического песка, рисования по нему, рисования из него на разнообразных фоновых поверхностях: цветной картон, коробка – песочница с цветным дном (в зависимости от тематической направленности). - Практикум. Создание песочного мира. -Выход из «песочной страны». -Рефлексия. -Прощание.	
10.	«Семья животных».	- Способствовать снятию мышечных зажимов и напряжения; - корректировать межличностные отношения.	-Приветствие. -Вход в «песочную страну». -Самостоятельная деятельность. Создание песочного мира «Семья животных» (с использованием мелких фигурок). -Выход из «песочной страны». -Рефлексия. -Прощание.	
11.	«Моя семья».	-Способствовать снятию мышечных зажимов и напряжения; - корректировать межличностные	-Приветствие. -Вход в «песочную страну». - Самостоятельная деятельность. Создание песочного мира «Моя семья» (с использованием мелких фигурок). -Выход из «песочной страны».	

		отношения.	-Рефлексия. -Прощание.	
12.	«Сочини историю».	-Развивать воображение, фантазию.	-Приветствие. -Вход в «песочную страну». -Самостоятельная деятельность детей с использованием разных видов песка. -Выход из «песочной страны». -Рефлексия. -Прощание.	

Диагностика эмоционального благополучия. Проективный тест В. Амен, М. Дорки, Р. Теммл.

Цель: определить индивидуальные особенности эмоционального благополучия ребёнка в ДОО и в семье.

Материал: 14 рисунков 8,5х11 см. Каждый рисунок представляет некоторую типичную для жизни ребенка ситуацию, и выполнен в двух вариантах: для девочки и для мальчика. Лицо ребенка не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру не прорисованного лица. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом – печальное.

Инструкция:

Психолог, при проведении исследования, показывает ребёнку рисунок. Рисунки предъявляются индивидуально в строго перечисленном порядке один за другим, чередуя выборы ребенком название (положительно окрашенного или отрицательно окрашенного) лица; дополнительных вопросов ребенку не задается, выбор ребенком соответствующего лица и его словесные высказывания фиксируются.

Методика «Паровозик»

Цель: определить особенности эмоционального состояния ребёнка (определение степени позитивного (ППС) и негативного (НПС) психического состояния).

Источник: Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста: Учебно-методическое пособие. Сост. Велиева С.В. СПб: Речь, 2005.

Применяется индивидуально с детьми с 2,5 лет.

Стимульный материал: белый паровозик и 8 разноцветных вагончиков (красный, желтый, зеленый, синий, фиолетовый, серый, коричневый, черный). Вагончики беспорядочно размещаются на белом фоне.

Инструкция:

Рассмотри все вагончики. Давай построим необычный поезд. Первым поставь вагончик, который тебе кажется самым красивым. Теперь выбери из оставшихся самый красивый, и т.д..

Необходимо, чтобы ребенок удерживал все вагончики в поле зрения. Чем младше ребенок, тем чаще повторяется инструкция, одновременно обводятся рукой оставшиеся вагончики.

Фиксируются: позиция цвета вагончиков; высказывания ребенка.

Обработка данных.

1 балл присваивается, если ребенок поставил вагончик фиолетового цвета на вторую позицию; черный, серый, коричневый - на третью; красный, желтый, зеленый - на шестую.

2 балла присваивается, если ребенок поставил вагончик фиолетового цвета на первую позицию; черный, серый, коричневый - на вторую; красный, желтый, зеленый - на седьмую, синий - на восьмую.

3 балла присваивается, если черный, серый или коричневый вагончик поставлен на первую позицию; синий - на седьмую; красный, желтый, зеленый - на восьмую позицию.

Если в результате суммирования полученных данных, баллов оказывается менее трех, то психическое состояние оценивается как позитивное, при 4-6 баллах - как негативное психическое состояние низкой степени (НПС нс); при 7 - 9 баллах - как НПС средней степени; больше 9 баллов - НПС высокой степени.

Оценка результатов:

4 балла - позитивное психическое состояние

3 балла - негативное психическое состояние низкой степени

2 балла - негативное психическое состояние средней степени

1 балл - негативное психическое состояние высокой степени

Наряду с полученным индивидуальным результатом можно определить и общий психологический климат в группе. Для этого определяется сумма всех ППС (а) и НПС (б), разница между ними делится на количество детей и умножается на 100 %.

Оценка результатов:

70 % и выше - высокая степень благоприятности психологического климата (БПК);

42 - 69 % - средняя БПК;

26 - 41,9 % - незначительная БПК;

0 - 25 % - начальная степень неблагоприятного психологического климата (сНПК);

-1 до - 25% -средняя сНПК;

- 26 % и ниже - сильная сНПК.

Методика «Кактус» графическая методика М.А. Панфиловой.

Цель: Выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности.

Оборудование: При проведении диагностики ребенку выдается лист бумаги форматом А4 и простой карандаш. Возможен вариант с использованием восьми «люшеровских» цветов, при интерпретации учитываются соответствующие показатели теста Люшера.

В ходе работы вопросы и дополнительные объяснения не допускаются.

Инструкция:

Предлагаем ребенку на листе бумаги (формат А4) нарисовать кактус, такой, какой ты его себе представляешь.

Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются. Ребенку дается столько времени, сколько ему необходимо. По завершении рисования с ребенком проводится беседа. Можно задать вопросы, ответы на которые помогут уточнить интерпретацию:

1. Кактус домашний или дикий?
2. Его можно потрогать? Он сильно колется?
3. Кактусу нравится, когда за ним ухаживают: поливают, удобряют?
4. Кактус растет один или с каким-то растением по соседству? Если растет с соседом, то, какое это растение?
6. Когда кактус вырастет, что в нем изменится?

Обработка результатов и интерпретация:

При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем графическим методам:

- пространственное положение,
- размер рисунка,
- характеристики линий,
- сила нажима на карандаш.

Кроме того, учитываются специфические показатели, характерные именно для данной методики:

- характеристика «образа кактуса» (дикий, домашний, женственный и т.д.),
- характеристика манеры рисования (прорисованный, схематичный и пр.),
- характеристика иголок (размер, расположение, количество).

Интерпретация.

1. Диагностика качеств личности испытуемого.

- Агрессивность – наличие иголок, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг к другу иголки отражают высокую степень агрессивности.
- Импульсивность – отрывистые линии, сильный нажим.
- Эгоцентризм, стремление к лидерству – крупный рисунок, расположенный в центре листа.
- Неуверенность в себе, зависимость – маленький рисунок, расположенный внизу листа.
- Демонстративность, открытость – наличие выступающих отростков в кактусе, вычурность форм.
- Скрытность, осторожность – расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса.
- Оптимизм – изображение «радостных» кактусов, использование ярких цветов в варианте с цветными карандашами.
- Тревожность – преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии, использование темных цветов в варианте с цветными карандашами.
- Женственность – наличие мягких линий и форм, украшений, цветов.
- Экстравертированность – наличие на рисунке других кактусов или цветов.
- Интровертированность – на рисунке изображен только один кактус.

- Стремление к домашней защите, чувство семейной общности – наличие цветочного горшка на рисунке, изображение домашнего кактуса.
- Отсутствие стремления к домашней защите, чувство одиночества – изображение дикорастущего, пустынного кактуса.

2.Интерпретация цветовой гаммы рисунка:

- **темно-синий:** покой, слияние, объединение, гармония, любовь (матери и младенца). Темно-синий — это небо и океан, где зародилась жизнь. Это состояние блаженства.
- **темно-зеленый:** символ — росток, пробивающийся сквозь асфальт. Воля, целеустремленность, жизнелюбие, решительность, упорство, честолюбие, упрямство.
- **оранжево-красный:** символ — огонь, кровь, взрыв. Экспансия, подчинение окружающей среды, сила, энергия, активность во всех направлениях.
- **лимонно-желтый:** изменение, творчество, гибкость, отзывчивость на внешние стимулы, радость.
- **бордовый:** искусство, необычность, гармония духовности, рождение нового, удвоение сущности, хрупкое динамическое равновесие.
- **светло-коричневый:** тревога, беспокойство, болезнь, неприкаянность, неуверенность, переживание не уютности, физический и психологический дискомфорт.
- **черный:** пустота, эксцентричность, ночь. смерть, уничтожение.