*Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение*



*«Детский сад комбинированного вида № 50 «Тополек»*

*города Балаково Саратовской области*

*Методическое объединение воспитателей*

*по психологическому сопровождению воспитанников*

*(выступление)*

*«*Использование элементов песочной терапии в процессе адаптации детей 2-4 лет к детскому саду*»*

*Педагог-психолог:*

*Плешакова О.Н.*

*17.11.2015г.*

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособления к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т.е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс). При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды).

Решающую роль в успешности адаптации к экстремальным условиям играют процессы тренировки, функциональное, психическое и моральное состояние индивида.

Для успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения необходимо сформировать у него положительную установку на детский сад, положительное отношение к нему. Прежде всего, это зависит от родителей. Благоприятные бытовые условия, соблюдение режима питания и сна, спокойные взаимоотношения членов семьи, гигиенические навыки – чистота, свежий прохладный воздух в помещении – все это и многое другое не только полезны для здоровья, но и являются основой для нормальной адаптации ребёнка при поступлении в детский сад.

Возрастные особенности и возможности детей дошкольного возраста требуют создания соответствующих условий и средств обучения. Часть этих условий предусмотрена и определена нормативными документами. Но особенности физиологического и психического развития детей, их подготовленность к усвоению учебного материала требуют внесения корректив в содержание, систему и методику обучения. И здесь на помощь педагогам, психологам приходят нетрадиционные, авторские методики.

Основополагающая идея песочной терапии формулируется 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.

Создатели песочной терапии – ученики известного психолога и ученого Карла Юнга. Терапия основывается на открытии психолога того факта, что наше бессознательное общается с нами символами, подсказками, что помогает нам нередко излечиться от болезней, справиться с трудностями и решить какие-то сложные вопросы. Эта теория вкупе с легкими играми в песке получили большую популярность среди педагогов, дефектологов, психологов и родителей всего мира.

Так, К.Г. Юнг утверждал, что процесс "игры в песок" высвобождает заблокированную энергию и "активизирует возможности самоисцеления, заложенные в человеческой психике".

Чем полезны занятия в песочнице:

* + - Занятия успокаивают и расслабляют нервную систему, особенно гиперактивных детей – в нем как будто содержится живительная солнечная энергия, которая подзаряжает нас позитивными эмоциями.
    - Развивает мелкую моторику и речь ребенка: песок благодаря своей структуре благотворно воздействует на тактильные ощущения и стимулирует нервные окончания, которые находятся в подушечках пальцев.
    - Усиливают способность к мышлению и стремление к познанию мира.
    - Развивают творческие способности, фантазию и воображение.
    - Учит открытости и импровизации, дает возможность выражения эмоций без слов.
    - Помогает избавиться от страхов, агрессии, застенчивости.
* Настраивает детей на постижение моральных истин добра и зла, строит гармоничный образ мира.

Цель такой терапии дать возможность ребенку быть самим собой, отыграть то, что у него болит, и таким образом самому себя лечить.

Песочная терапия - это уникальная возможность исследовать свой внутренний мир с помощью множества миниатюрных фигурок, подноса с песком, некоторого количества воды - и ощущения свободы и безопасности самовыражения, возникающей в общении с психологом, воспитателем, родителями.

Таким образом, через игру в песок у ребенка рождается или усиливается чувство доверия, принятия и успешности, а также решаются следующие задачи:

1) В песочнице быстрее устанавливаются доверительные отношения между воспитателем и ребенком. Для ребенка роль воспитателя становится понятной, предсказуемой и значимой, что укрепляет его базисное доверие к миру.

2) В играх с песком происходит спонтанное снижение высокого уровня психического напряжения, как ребенка, так и воспитателя, тоже испытывающего в этот период нервные перегрузки. Это ведет к сокращению сроков психофизической адаптации.

3) В песочнице, взаимодействуя с взрослым и сверстниками, ребенок более осмысленно и быстро осваивает нормы и правила поведения и общения в группе.

4) В песочных играх с миниатюрными фигурками ребенок с помощью взрослого проигрывает психотравмирующую ситуацию расставания с родителями, встречу с неизвестным, осваивает позитивные способы поведения.

5) Воспитатель становится для ребенка проводником в освоении умений, навыков и знаний об окружающем мире и самом себе в этом мире.

Закончить выступление хотелось бы стихами, которые помогают понять этот метод.

Что нужно для игры в песок?

А нужно, в сущности, так мало:

Любовь, желанье, доброта,

Чтоб вера в Детство не пропала.

Простейший ящик из стола

Покрасим голубою краской,

Горсть золотистого песка

Туда вольется дивной сказкой.

Игрушек маленьких набор

Возьмем в игру...

Подобно Богу

Мы создадим свой Мир чудес,

Пройдя Познания дорогу.