

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»

Институт психологии

Кафедра психологии образования

**Коррекция детских страхов у дошкольников средствами песочной
терапии**

Выпускная квалификационная работа

Направление 44.03.02 – Психолого-педагогическое образование

Профиль – Психология образования

Квалификационная работа
допущена к защите
зав.кафедрой

_____ Н.Н.Васягина

(подпись)

_____ 2018 г.

Руководитель ОПОП:

_____ Н.Н.Васягина

(подпись)

Исполнитель:
В.А. Минаева- студентка
очного отделения

(подпись студента)

Научный руководитель:
Григорян Елена Николаевна,
кандидат психологических
наук, доцент кафедры
психологии образования

(подпись преподавателя)

Екатеринбург 2018

Оглавление	
ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ В КАЧЕСТВЕ МЕТОДА КОРРЕКЦИИ ДЕТСКИХ СТРАХОВ	6
1.1 Феномен детских страхов в отечественной и зарубежной психологии ...	6
1.2 Психолого-педагогическая характеристика дошкольного возраста	14
1.3 Возможности песочной терапии в коррекции детских страхов	23
Выводы по главе 1.....	32
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРИМЕНЕНИЯ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ ДЛЯ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ У ДОШКОЛЬНИКОВ	34
2.1. Описание выборки	34
2.2. Планирование диагностических методов	34
2.3. Диагностика перед проведением песочной терапии	36
2.4 Беседа с четырьмя участниками исследования	38
2.6. Диагностика после проведения песочной терапии	46
Выводы из главы 2	48
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	50
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	52
ПРИЛОЖЕНИЯ	58

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы: в современном мире ребенок становится наиболее чувствительной частью социума, которая подвержена разнообразным негативным воздействиям окружающей среды, что провоцирует, в свою очередь, множество нарушений психоэмоциональной сферы, одним из проявлений которых являются детские страхи. Психика дошкольника отличается ранимостью, чрезвычайной восприимчивостью, неспособностью самостоятельно противостоять внешним воздействиям. В этой связи вопросы ранней диагностики, коррекции и профилактики детских страхов становятся одной из актуальных проблем детской психологии.

На современном этапе отмечается рост интереса специалистов (психологов, педагогов, логопедов и др.) к специальной организации занятий с детьми с использованием метода песочной терапии, как разновидности арт-терапии. Данный выбор не случаен, т.к. игры с песком в дошкольном детстве служат развитию самопознания ребенка, запуску процессов его спонтанной «самотерапии». Песочная терапия – это оптимальная среда для общения ребенка с самим собой и символическими изображениями реального мира, это метод постижения собственного «Я» и эффективный способ избавления от негативных эмоций, включая страх.

Актуальность исследования определяется необходимостью поиска наиболее эффективных методов и направлений коррекции детских страхов в период дошкольного детства.

Степень разработанности темы исследования: Вопросам детских страхов в период дошкольного детства уделено значительное внимание. Данную тему освещали в своих работах Л.С. Акопян, Т.А. Арефьева, Л.С. Выготский, А.И. Захаров, К. Изард, В.Г. Колягина, Ю.А. Кочетова, М.В. Щербатая, М.Ю. Чибисова и др.

Вопросы психолого-педагогической характеристики дошкольного возраста освещены в работах Н.Г. Алиевой, Т.В. Башаевой, Н.А. Забродиной,

О.А. Карabanовой, И.О. Карелиной, Л.А. Максимовой, Г.А. Стадник, Е.А. Стребелевой, И.В. Шаповаленко, и др.

Возможности песочной терапии в коррекции детских страхов отражены в исследованиях Э.Э. Большебратской, Н.Ю. Деюшиной, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, М.Джонговой, М.А. Калашниковой, О.И. Качуриной, М.В. Киселевой, А.Я. Манжук, Т. Попова и др.

Методологическая основа исследования: клиентцентрированный подход К. Роджерса, техника активного воображения К. Г. Юнга, идеи песочной терапии Д. Калффа.

Объектом исследования являются детские страхи.

Предмет: динамика детских страхов в процессе реализации психолого-педагогической программы коррекции средствами песочной терапии.

Целью исследования является разработать и апробировать программу коррекции детских страхов средствами песочной терапии.

Гипотеза исследования: целенаправленная коррекция детских страхов возможна в процессе реализации психолого-педагогической программы коррекции средствами песочной терапии.

Для достижения цели и определения достоверности гипотезы нужно пройти следующие **этапы:**

1. Определить разработанность проблемы коррекции детских страхов, в трудах отечественных и зарубежных авторов;
2. Провести исследование, направленное на выявление возможностей и особенностей использования песочной терапии в коррекции детских страхов.
3. Определить основные направления коррекционно-развивающей работы по коррекции детских страхов средствами песочной терапии;
4. Экспериментально проверить эффективность программы по коррекции детских страхов средствами песочной терапии.

В ходе которых будут решаться следующие задачи:

1. Составление диагностического инструментария;

2. Проведение психодиагностических и коррекционных мероприятий;

3. Обработка полученных результатов;

4. Написание выводов.

Методы и методики исследования:

1) Теоретические:

а. Анализ литературы;

2) Диагностические:

а. Метод полустандартизированной беседы;

б. Методика «Страхи в домиках»;

3) Математико-статистические:

а. Односторонний критерий Вилкоксона для связанных групп.

Научная новизна: апробация метода песочной терапии на группе детей старшего дошкольного возраста с целью коррекции страхов.

Практическая значимость: формирование представления о возможности применения методов песочной терапии с целью коррекции детских страхов.

Структура работы: данная дипломная работа состоит из введения, двух глав с выводами, заключения, библиографического списка использованной литературы и приложения.

Глава 1 раскрывает современные представления о феномене детских страхов, возрастные особенности формирования страхов, а также возможности песочной терапии в коррекции детских страхов.

Глава 2 представляет описание структуры, реализации и анализа результатов исследования коррекции детских страхов средствами песочной терапии.

Приложение содержит программу занятий по коррекции детских страхов средствами песочной терапии.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ В КАЧЕСТВЕ МЕТОДА КОРРЕКЦИИ ДЕТСКИХ СТРАХОВ

1.1 Феномен детских страхов в отечественной и зарубежной психологии

Феномен детских страхов привлекал внимание специалистов (философов, врачей, педагогов) еще с периода античности. В античной философии (Лукреций, Демокрит) чувство страха рассматривалось как причина возникновения религиозных верований и представлений. Философы-экзистенциалисты (К. Ясперс, М. Хайдеггер, П. Тиллих и др.) рассматривали страх как неотъемлемый атрибут человеческого существования.

В научно-исследовательской отечественной и зарубежной литературе феномену детских страхов уделено значительное внимание. В первую очередь имеется множество трактовок самого понятия «страх». По определению А.В. Петровского, страх представляет собой эмоцию, возникающую в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию, и направленную на источник опасности (как действительный, так и воображаемый). В.В. Ковалев считает, что страх – это чувство внутренней напряженности, опасности доля жизни, пропекающее в ожидании угрожающих событий или действий. Страх может сопровождаться вегетативными расстройствами и выражаться от неопределенного чувства опасности, неуверенности – до чувства ужаса. По мнению О.М. Дьяченко, страх является психическим состоянием, возникающим в связи с инстинктом самосохранения, как ответная реакция на воображаемую и действительную опасность. В.Д. Зеньковский отмечает, что страх – это одна из основных врожденных форм реакции души, при этом изменяются и предметы страха, и его воздействие на внутренний мир человека. В частности, если ребенок испугался темноты хоть один раз, то в будущем его будет пугать сама темнота. Д. Айке под страхом понимает душевное явление, наблюдаемое человеком в самом себе. Страхом, с его точки

зрения, является эмоциональное неприятное переживание, при котором человек осознает, что ему угрожает определенная (или неопределенная) опасность. Согласно теории дифференциальных эмоций К. Изарда, страх является базовой эмоцией, являющейся эмоциональным врожденным процессом с генетически заданным физиологическим компонентом, с конкретным субъективным переживанием и строго определенным мимическим компонентом.

Имеется несколько точек зрения на природу страхов. В частности, Г. Рибо считает, что детские страхи имеют инстинктивный характер. Исследователь объясняет детские страхи травмой, полученной ребенком при рождении. Страх не всегда передается по наследству и является инстинктом самосохранения. А.А. Люблинская отмечает, что страхи присутствуют на протяжении всей жизни ребенка и зависят от его воспитания и особенностей индивидуального опыта. Иными словами, чувство страха определяется результатами личного опыта ребенка, возникающим в форме условного рефлекса на определенный раздражитель, который получил отрицательное подкрепление (например, укусила собака – ребенок испытывает страх ко всем животным и т.д.).

По мнению Л.С. Выготского первые реакции ребенка на тревогу не дифференцированы, а страхи являются более поздним образованием, которое возникает в результате того, что ребенок начинает объективировать (3-4 года) и особым образом относиться к элементам окружающей среды, которые могут ввергнуть его в «катастрофическое состояние».

А.И. Захаров считает, что страх является заостренным, эмоциональным отражением в сознании конкретной угрозы для благополучия и жизни. Объективное рассмотрение страха, его отрицательная окраска, позволяет заметить, что он выполняет различные функции в жизни человека. Например, страх позволяет избежать опасности, играя в этом случае выраженную защитную роль. Соответственно, страх можно рассматривать как естественное сопровождение развития личности. Исследователь обращает внимание на

изменение социальной ситуации развития, на особенности взаимодействия ребенка с внешним миром. Исходя из этого, детские страхи становятся тесно связанными с характером знаковых межличностных социальных взаимоотношений. В общем виде эмоция страха возникает, с его точки зрения, как ответ на действие потенциально травмирующего, угрожающего раздражителя. Подобными раздражителями могут становиться болезнь, испуг, боль, неудачи, конфликты. А.И. Захаров различает две угрозы, которые имеют одновременно фатальный и универсальный в исходе характер – крах жизненных ценностей и смерть. А.И. Захаров отмечает, что чувство страха появляется у ребенка непроизвольно, против его воли, сопровождаясь выраженным чувством ужаса, беспокойства или волнения. Появление травмирующего опыта свидетельствует о вероятности «психологического заражения» страхом от лиц, окружающих ребенка, о непроизвольном обучении с их стороны ребенка соответствующему типу эмоциональных реакций. Соответственно, можно сделать заключение об условно-рефлекторной мотивации детских страхов, т.к. в последнем закодирована эмоционально переработанная информация о возможной (или мнимой) опасности. Таким образом, подчеркивается условно-рефлекторный характер и социальная природа детских страхов.

В отечественной психологии принято подразделять детские страхи на социальные и витальные (О.В. Хухлаева, А.И. Захаров и др.). Под социальными страхами понимаются те, которые определяются как страхи «быть отвергнутым», «быть не тем» (опоздать в школу, не войти в коллектив, получить замечание от воспитателя и др.). Витальные страхи являются страхами «перестать существовать», «не быть», в широком смысле страх смерти (войны, темноты, крови, чудовищ и др.).

В современных исследованиях встречаются и более детализированные классификации. Например, Ю.А. Кочетова подразделяет детские страхи на следующие виды: социальные (уколов, нападения, болезни, врачей, войны и др.), архаические (стихии, животных, темноты и др.), школьные (наказания, не

соответствовать и др.), магические (страшных снов, психологического одиночества, сказочных персонажей и др.), витальные (смерти, крови, потери родителей и др.). Психологические исследования показывают, что в процессе онтогенеза в первую очередь появляются витальные страхи, при поступлении ребенка в школу отмечается рост социальных страхов (которые начинают преобладать к подростковому возрасту).

Р.В. Овчарова выделяет два вида детских страхов:

- возрастные страхи (естественный уровень страха), которые более характерны для чувствительных и эмоциональных детей как следствие особенностей их личностного и психического развития. К данному виду страхов основными предпосылками являются: гиперопека, тревожность и страхи родителей, чрезмерное количество запретов или полное отсутствие запретов, предотвращение общения со сверстниками, конфликтные отношения родителей, нереализуемые угрозы взрослых в семье и др.;

- невротические страхи (патологический уровень страха), для которых характерна более выраженная эмоциональная напряженность и интенсивность, постоянство или более длительное течение, неблагоприятное влияние на формирование личности и характера, избегание объекта страха, взаимосвязь детских страхов с другими невротическими переживаниями и расстройствами. Такие страхи более характерны для испытывающих эмоциональные затруднения в отношениях с родителями, чувствительных детей, с конфликтными или искаженными эмоциональными переживаниями в семье. У подобных детей отсутствует возможность положиться на взрослых, отсутствует приобретение опыта общения со сверстниками или взрослыми, они испытывают чувство неуверенности в себе, боясь не оправдать ожидания.

А.И. Захаров классифицировал страхи по следующим признакам:

- по характеру: социальные, ситуативные, природные, личностные;
- по степени реальности: воображаемые и реальные;
- по степени интенсивности: хронические и острые. Также исследователем детские страхи подразделяются на личностно обусловленные

и ситуационные. В частности, ситуационные страхи возникают в крайне опасной, шокирующей или необычной обстановке (например, при нападении, пожаре, стихийном бедствии и др.). Нередко он появляется при психическом заражении паникой в группе людей, при жизненных неудачах, при наличии тревожных предчувствий со стороны членов семьи, в конфликтных ситуациях и др. Личностно-обусловленные страхи определяются характером ребенка (например, при тревожной мнительности), способны появляться при контактах с незнакомыми людьми или в новой обстановке. Оба вида страхов нередко смешиваются между собой в зависимости от опыта межличностных отношений.

Также детские страхи подразделяются на воображаемые и реальные, хронические и острые. Острый и реальный страх определяются ситуацией, а хронический и воображаемый – особенностями личности. Последствия данных видов для психического развития ребенка разные. В частности, острый страх обратим и кратковременен, он не затрагивает глубоко ценностные ориентации ребенка, не влияет существенно на характер, на взаимоотношения с людьми, на поведение. Необходимо отметить, что данная форма страха имеет защитное (положительное) значение, т.к. ребенок избегает соприкосновения с объектом страха. При хроническом страхе ребенок испытывает существенные трудности в контактах с незнакомыми людьми. В частности, ему становится трудно начать первый разговор, при внезапных вопросах возникает торможение и замешательство, в конфликтных ситуациях ребёнок теряет и др. У таких детей общение становится эмоционально неровным, избирательным, ограниченным старым кругом привязанностей. Данная форма страха находит отражение во всех сферах жизни ребенка, осложняя его взаимоотношения с окружающими людьми и ухудшая эмоциональное самочувствие.

На возникновение страхов у детей влияют разнообразные факторы: отсутствие эмоционального контакта с членами семьи; излишние требования к ребенку; гиперопека; напряженность во взаимоотношениях в семье; страхи

и тревожность родителей; жестокость и физические наказания; внушение страхов со стороны родителей; негативный опыт ребенка (потеря родителей, попадание в детский дом) и др..

Страхи присутствуют в период всей жизни ребенка, но качественное их содержание заметно отличается в разные возрастные периоды. Специалисты в области детской психологии часто используют в этом случае термин «возрастные новообразования» в психическом развитии ребенка. С точки зрения А.И. Захарова страх у детей проявляется на разных возрастных этапах:

- от рождения до 1 года. В период до 6 месяцев основной причиной беспокойства является неудовлетворение физиологических потребностей. На втором полугодии жизни существенно нарастает мотивированное психологическое беспокойство при уходе матери и при появлении незнакомых лиц. Беспокойство при отсутствии матери отчетливо проявляется в 7 мес., страх чужих – к 8 мес.;

- от 1 до 3 лет чаще всего возникают ночные страхи. В 2 года может развиваться страх одиночества, боли, неожиданных звуков;

- в 3-5 лет характерными становятся страхи замкнутого пространства, темноты, одиночества;

- в период 5-7 лет превалирует страх смерти;

- в 7-11 лет основным страхом становится «что о нем подумают», «может ли он стать таким, каким хотят его видеть».

При систематизации исследований ответственных и зарубежных ученых по вопросу периодизации эмоциональных новообразований по возрастам у детей в целом складывается следующее содержание(см. Табл.1.1).

Таблица 1.1

Детские страхи по возрастным периодам

Возраст	Эмоциональное новообразование
Новорожденный	Страх потери равновесия, громких звуков вблизи головы
0-6 мес.	Страх физического дискомфорта
6 мес. – 1 год	Страх посторонних людей, потери матери (из поля зрения), формируются первые попытки преодоления страха и боязливости
1-2 г.	Страх темноты, страх потери матери

2-3 г. (ранний возраст)	Развитие опережающих эмоциональных переживаний, предвосхищающих последствия опасной ситуации (или безопасной). Актуален страх темноты (ситуация, аналогичная одиночеству), формируются ночные страхи (волка, бабы Яги и др.)
3-5 л. (младший дошкольный возраст)	Преобладают страхи боли, темноты, персонажей сказок или мультфильмов, замкнутого пространства. Наиболее часто страхи появляются в результате ошибок воспитания, непредвиденных ситуаций, при лишении общения со сверстниками. Появляющийся страх одиночества провоцирует развитие страха «быть никем» при эмоциональном игнорировании ребенка родителями. Меньше всего подвержены страхам девочки в 3 г., мальчики в 4 г.
5-7 лет (старший дошкольный возраст)	Растет количество страха у детей обоих полов. Преобладают страхи животных (тигров, медведей), страшных снов, нападения, стихии и пожара, войны, наказания родителей, глубины в воде, вида крови, медицинских процедур, смерти (своей и родителей). В семьях немолодых родителей может формироваться страх опоздать. Начинается осмысленная ориентация ребенка в эмоциональных переживаниях («мне страшно», «я боюсь» и др.). Происходит накопление позитивного и негативного опыта поведения в разных ситуациях, формируются устойчивые формы поведения при переживании страха
7 лет	Формируется новообразование 7 лет – обобщение позитивных и негативных эмоциональных переживаний
6-8 лет	Страх укуса ядовитой змеи и болезненных операций, страх возникновения болезни, несчастья, смерти. Страх отсутствия матери проявляется во сне конкретным страхом ее смерти или потери. К 8 г. преобладающим становится страх «быть никем».
7-10 лет (младший и средний школьный возраст)	К моменту поступления в школу количество страхов уменьшается. Страхи реальных ситуаций и объектов уступают место страхам воображаемым (мнимым, ирреальным). Из реальных страхов преобладают страхи высоты и воды, страх за здоровье родных, страх животных. Из воображаемых страхов превалируют страхи недовольства взрослых, покойников, черных кошек, персонажей фильмов-ужасов, числа 13 и др. Типичными становятся страхи предсказаний и суеверий, страх стихий. Их группы школьных страхов превалируют: ответа у доски, сделать ошибку и др. Актуальны ночные страхи
11-15 лет (подростковый возраст)	Страхи в основном связаны с развитием чувства самоуважения и уверенности в себе: страх измениться в худшую сторону, страх быть «не собой» и др.

Очевидно, что в младшем школьном возрасте к витальным страхам добавляются социальные страхи (плохих отметок, неприятия и др.). В начале школьного возраста развивающиеся социальные страхи в основном связаны со взрослыми, ближе к подростковому периоду появляется группа страхов, связанных с ровесниками. Возникновение социальных страхов в младшем школьном возрасте может быть связано с овладением ребенком новой

социальной роли, с появлением новых прав и обязанностей, с формированием внутренней позиции школьника.

В исследовании А.С. Акопян показано различие страхов у городских детей и детей из сельской местности (см. Табл.1.2). Наиболее значимые различия проявляются в социально-опосредованных страхах: высоты и глубины, транспорта, открытого пространства и др. Однако имеются различия и в витальных страхах (смерти, крови)

Таблица 1.2

Наиболее выраженные страхи детей из сельской и городской местности

	Мальчики	Девочки
Из городской местности	Страх высоты, глубины, страх перед транспортом; Страх кошмарных снов, смерти, темноты, крови огня, страх животных	Страх глубины и высоты; Страх животных
Из сельской местности	Страх открытого пространства	Страх открытого пространства; Страх войны, боли, уколов, кошмарных снов, страх перед сном, страх наказания

Необходимо отметить, что в возникновении детских страхов преобладающую роль играет семейный фактор. В частности, А.С. Спиваковская отмечает, что возникновение и укрепление страхов в поведении ребенка означает, что в стиле воспитания и в общении с родителями допущены ошибки. Ю.А. Кочетова выделяет специфичные типы семейного взаимодействия, при которых наиболее вероятно развитие страхов у детей дошкольного возраста: в 5-6 лет – низкий уровень эмпатии, высокий уровень конфронтации родителей, низкое стремление к телесному контакту; 6-7 лет – высокая строгость родителей, высокая требовательность, непоследовательность воспитания, низкий уровень ориентации на состояние ребенка.

Многообразие видов, факторов страхов затрудняют познавательное и эмоциональное развитие ребенка, меняют поведение, ограничивают возможности социальной адаптации и самореализации. Соответственно,

исследование психологических особенностей страхов у детей является необходимым этапом для развития представлений о данной эмоции.

Наиболее близким нам является подход Л. С. Выготского, согласно которому во время развития происходит дифференциация тревоги. Действительно, логично предполагать, что со временем ребёнку нужны всё более дифференцированные реакции на окружающий мир, в том числе и для того, чтобы реагировать на всё более усложняющуюся среду вокруг него. Отметим, что последнее относит нас и к идеям бихевиористов.

1.2 Психолого-педагогическая характеристика дошкольного возраста

Период дошкольного детства является важным периодом в личностном и психическом развитии ребенка. В отечественной психологии и педагогике выделяются младший, средний, старший дошкольный возраст.

Каждый из данных возрастных периодов связан не только с процессом дальнейшего развития ребенка, но и со значимой перестройкой личности и познавательной деятельности ребенка, которые необходимы для успешного перехода к школьному детству (к смене социального статуса).

Период дошкольного детства (3-7 лет) начинается со смены ведущей деятельности – появление ролевой игры. В этот период взрослый становится образцом для подражания, эталоном. В игре происходит моделирование отношений, развитие общих и специфических способностей ребенка.

Общую характеристику возрастных особенностей дошкольников можно представить следующим образом:

- как личность дошкольник находится в стадии становления, развития и созревания. Соответственно, ни одна из сторон психики не носит завершенного характера;

- самоценность данного возрастного периода определена присутствием субкультуры детства, ролевой игры – ведущей деятельности;

- данный период – период начальной социализации ребенка, его приобщения к миру общечеловеческих норм и правил, которые определяют

установку начальных отношений с ведущими сферами познания - собственным внутренним миром, миром природы, людей и предметов; ценностей, приобщение к миру культуры и искусства;

- в данный период ребенок уже может обучаться по определенной программе (иными словами, уже обладает обучаемостью), но только в той мере, в какой программа является «его собственной программой» (Л.С. Выготский), отвечает именно его потребностям и интересам;

- в этот период ребенок имеет неповторимые особенности социального, физического, психического развития, которые проявляются в своеобразии способов деятельности и познания;

- эмоциональная насыщенность всех сфер жизнедеятельности дошкольника, его оптимизм и непосредственность создают оптимальные условия для эмоционально-практического познания самого себя и окружающего мира;

- у ребенка присутствует зависимость от взрослого, потребность в максимальном общении с ним;

- важнейшими достижениями процесса психического развития дошкольника являются произвольность деятельности и поведения, способность к логическому мышлению, самоконтролю, начинается период складывания личного самосознания ребенка. Соответственно у дошкольника формируется готовность к систематическому обучению в школе.

Таким образом, период дошкольного детства становится временем фактического складывания личности ребенка, проявляется качественными изменениями, появлением новых процессов в психике и новых механизмов. Большинство психологов основные признаки развития в данном возрасте связывают с «появлением новых сторон, расчленением ранее бывшего единым элемента, дифференциацией, перестройкой связей между сторонами объекта». Этот период является временем знакомства ребенка с окружающей его действительностью, временем осознанного восприятия окружающего мира,

временем освоения его проявлений и форм. Но, при этом, ребенок еще полностью зависит от окружающих взрослых.

В периоде дошкольного детства каждый возрастной период (см. Рис.1.1) связан с определенными уровнями развития ведущих сфер деятельности. Недаром, согласно возрастной периодизации Д.Б. Эльконина, период детства отличается частой сменой ведущих типов деятельности с наличием кризисов возрастного развития (переходов между периодами). Данные кризисы в период дошкольного детства присутствуют в возрасте 3 и 7 лет (в период перехода ведущего типа деятельности с развития интеллектуально-познавательной сферы на развитие мотивационно-потребностной сферы в 3 года и обратный переход на преимущественное развитие интеллектуально-познавательной сферы в 7 лет).

В психическом развитии дошкольника происходят, как уже было отмечено, большие изменения. Отмечается рост познавательной активности, развивается наглядное мышление и восприятие, формируются зачатки логического мышления (см. выше). Такому росту познавательных возможностей способствует становление произвольного внимания, смысловой памяти. Отмечается возрастание роли речи как в развитии общения, разнообразных видов деятельности ребенка, так и в познании окружающего мира. А.В. Запорожец в этой связи отмечал, что в данный период дети могут выполнять действия по словесной инструкции, усваивать знания с помощью объяснения только тогда, когда у них имеется четкое наглядное представление. У дошкольников появляются новые виды деятельности:

- основной и первый вид совместной деятельности – игра;
- первая продуктивная деятельность – изобразительная деятельность;
- начинают развиваться элементы трудовой деятельности и т.д.

Отмечается процесс интенсивного *становления личности и воли*. При усвоении нравственных представлений и форм поведения ребенок становится членом человеческого общества. В этот период стремительно растет

познавательная активность, интерес к познанию окружающего мира, в связи с чем дошкольники проходят через период «почемучек».

Основой познания в этом возрасте является наглядное мышление и чувственное восприятие. Имеется прямая выраженная зависимость между уровнем сформированности у дошкольника наглядно-действенного, наглядно-образного мышления, восприятия, и уровнем развития познавательных возможностей, дальнейшего развития деятельности, речи, более логических и высоких форм мышления.

В данный период *восприятие* формируется посредством совершенствования перцептивных действий и усвоения систем сенсорных эталонов, которые выработаны на протяжении истории человечества (звуковысотного ряда, цветов спектра, геометрических форм и др.). У детей 3 лет восприятие достигает уже сравнительно высокого уровня. В частности, трехлетним дошкольникам уже доступно выделение отношений и свойств объектов, что может происходить не только на практике, но и зрительно (при помощи перцептивных действий). В период младшего дошкольного детства дети могут работать по образцу, выделять величину, форму и цвет, материал и иные свойства предмета, определять некоторые пространственные отношения между предметами и др. Восприятие включается довольно активно в деятельность дошкольника, помогая выполнять знакомые задачи, предъявляемые взрослыми (или бытовые задачи), находить решение намного эффективней и быстрее, чем раньше. Однако сами перцептивные действия в период младшего дошкольного детства еще недостаточно совершенны, т.к. происходит только первый шаг перехода от практической ориентации к ориентации перцептивной. Например, при складывании пирамидки ребенок 3 лет заранее выбирает элементы фигуры, которые кажутся ему наиболее подходящими. Но подобный выбор часто еще неточен, в связи с чем ребенок проверяет его правильность, примеряя избранные части к целому и заменяя их при необходимости. Очевидно, что имеется дело с развернутой перцептивной ориентировкой. На 5 году жизни дети усваивают уже большее количество

сенсорных эталонов (в частности, наименования предметов и форм: квадрат, треугольник, круг, овал и др.), но системы в данном усвоении еще нет. В период старшего дошкольного детства совместно с усвоением отдельно взятых эталонов начинается и усвоение системы, в которую данные эталоны включены. После овладения системой сенсорных навыков дети производят обобщение предметов по существенным свойствам признакам. Вместе с формированием восприятия отношений и свойств предметов у дошкольника складывается представление о пространстве, начинает развиваться пространственная ориентировка, которая возникает на основе уже сложившегося учета пространственных отношений и свойств предметов. Также изменяется целостное восприятие предметов, которое становится более расчлененным и четким, дошкольник уже не только довольно хорошо представляет общие очертания предмета, но и может выделять его существенные части, представляет себе форму, соотношение частей по величине, их пространственное расположение и др.

Другой стороной чувственного познания дошкольников выступает *наглядное мышление*, которое тесно связано с восприятием. Первой формой мышления дошкольника выступает наглядно-действенное мышление, которое появляется в практической деятельности (предметно-игровой и бытовой), и направлено на обслуживание этой деятельности. Причем данная форма мышления является не только самой ранней, но и исходной, т.к. именно на ее основе возникают наглядно-образное мышление, а затем и словесно-логическое мышление. Именно в этой связи развитие наглядно-образного мышления определяет во многом формирование и развитие всей последующей познавательной деятельности ребенка. В дошкольный период ребенок уже свободно ориентируется в возникающих практических задачах, способен найти самостоятельно выход из множества проблемных ситуаций. В наглядно-действенном мышлении проблемные ситуации решаются посредством вспомогательных орудий или средств.

В период среднего дошкольного возраста форма мышления меняется на наглядно-образную, определяющую новую ступень в развитии дошкольника. Соответственно, ребенок уже может решать задачи не только в процессе практических предметных действий, но и опираясь на образные представления в уме. Данная форма мышления является в период дошкольного детства основной и к старшему дошкольному возрасту еще больше обобщается. Дошкольники уже могут понимать довольно сложные схематические изображения, представлять на основе таких изображений реальную ситуацию, могут самостоятельно создавать подобные изображения.

Образное мышление в данный период является основой для развития, в свою очередь, словесно-логического мышления, которое позволяет дошкольнику решать задачи, усваивать более сложные элементарные научные знания и др.

На 4-5 году жизни у дошкольников продолжает развиваться *произвольная память*. Дошкольник начинает прилагать специальные усилия для запоминания. Если в этом возрасте дошкольнику дают определенное поручение, он не торопится выполнять его, как младшие дошкольники, а приступает к выполнению, повторив задание. Постепенно у детей увеличивается количество запоминаемого материала, к 4-5 годам дошкольник удерживает в памяти 5-6 крупных предметов или картинок. Именно в этот период закладываются элементы опосредованного запоминания. Постепенно начинает увеличиваться объем запоминаемого материала.

У дошкольников развивается *несколько видов деятельности*: изобразительная, конструктивная, игровая, элементы трудовой. Причем каждый вид деятельности ставит перед дошкольником задачи перед мышлением, восприятием, речью и личностью, требуя определенного уровня их развития. В период младшего дошкольного детства игра является продолжением и способом развития предметной деятельности, т.к. дошкольник использует реальные предметы и игрушки их изображающие строго по целевому назначению. Соответственно он учится овладевать

множеством предметных действий (грузить кубики в машину, одевать куклу, застегивать и расстегивать пуговицы и др.). В этот период данные действия перестают быть самоцелью и начинают выполняться для определенной цели. В последующем они заменяются цепочкой логически последовательных действий, отражающих повторяющиеся привычные ситуации. Однако в этой цепочке не отражаются взаимоотношения людей, и не прослеживается сюжет.

В период среднего дошкольного детства появляется сюжетно-ролевая игра, в которой происходит следующее:

- предметные действия и предметы перестают непосредственно интересовать дошкольника;

- в центре внимания дошкольника оказываются отношения людей, которые чаще связаны с конкретными предметными действиями. Проигрывая их, дошкольник начинает усваивать человеческие отношения. Необходимо отметить, что этот вид игровой деятельности требует уже участия нескольких детей, в связи с чем именно он является основным первым видом совместной деятельности в дошкольном возрасте и оказывает выраженное влияние на развитие взаимоотношений ребенка с окружающими людьми в дальнейшем. В процессе сюжетно-ролевой игры дошкольники учатся взаимодействию, начинают усваивать нравственные нормы, что, в свою очередь, влияет на развитие личности ребенка. Важнейшее значение при этом имеют те отношения, которые возникают у дошкольников при распределении ролей в игре, при согласовании действий, при оценке совместных действий, при обсуждении норм и правил поведения в игре и др. В 5 лет у дошкольников развивается умение творчески развивать сюжет игры.

После 3 лет в развитии восприятия приобретает *продуктивная деятельность* – конструирование, лепка, рисование и др., которые предполагают не просто учет, а воспроизведение предметных свойств и отношений. Продуктивные виды деятельности позволяют дошкольнику усваивать общепринятые эталоны через свойства материалов. Продуктивные виды деятельности требуют высокого уровня сенсорного развития

(представлений и восприятия). Итогом продуктивной деятельности становится продукт, который отражает воспроизводимый объект со стороны свойств, деталей и целого. Для развития этого вида деятельности требуется развитие зрительно-двигательной координации, мышления и воображения, выделение главного из второстепенного, умение оперировать представлениями и образами и др. Этот вид деятельности формирует восприятие, развивает представления дошкольников, существенно влияет на развитие личности и т.д. . В период старшего дошкольного детства продуктивная деятельность активно развивается на основе высокого уровня развития представлений и восприятия. К концу этого периода ребенок может обыгрывать и создавать сложные конструкции и постройки.

Появление элементов *трудовой деятельности* в 3 года выражается в первую очередь (и в основном) в навыках самообслуживания, обеспечивающих дошкольнику бытовую самостоятельность (навыки одевания, умывания, еды и др.). Причем самообслуживание состоит в свою очередь из ряда сложных навыков, которыми дошкольник должен овладеть. При этом могут возникнуть два типа затруднений овладения: в усвоении и определении последовательности операций, в овладении каждой из операций в отдельности. При этом организация ориентировочно-исследовательской фазы овладения навыками приобретает особое значение, т.к. непосредственно связана с восприятием.

Слово у дошкольников в период младшего детства оказывается недостаточно обобщенным или генерализованным, а в некоторых случаях понимание может являться неверным. Подобная речь не является еще надежной опорой передачи новых знаний. Организующую и направляющую роль играет речь взрослого. В среднем дошкольном возрасте слово более адекватно направляет деятельность дошкольника и передает более точно информацию, но передача опыта в словесной форме требуют чувственной опоры. Только в возрасте 5 лет слово начинает служить способом передачи общественного опыта и источником информации. Изменяется роль

собственной речи ребенка, что проявляется в регуляции деятельности. Речь из сопровождающей становится фиксирующей и планирующей, активно включается в процесс усвоения знаний, в сенсорное развитие, в развитие мышления, в эстетическое и нравственное развитие дошкольника и др. Очевидно, что речь и язык становятся узлом, в котором сплетаются линии психического развития дошкольника, развития его мышления, памяти и воображения, его эмоций. Речь становится каналом трансляции культуры, средством воспитания и обучения.

В дошкольный период активно развиваются *эмоции*. Период младшего дошкольного детства рассматривают как связанный с накоплением эмоционального опыта, пропедевтический. В период 4 лет эмоциональное предвосхищение становится более совершенным механизмом эмоциональной регуляции за счет: внеситуативного соподчинения мотивов, взаимообусловленности когнитивных и аффективных процессов, осмысленной ориентации в собственных переживаниях и др. Становление способности дифференциации эмоционального состояния к 7 годам связано с расширением модального ряда эмоций, которые доступны дошкольнику для понимания и адекватного опознания, с усвоением лексико-семантического строя слов, которые обозначают эмоции. Усвоение способов контроля эмоционального состояния сказывается на экспрессивном поведении ребенка, на характеристиках его эмоциональной регуляции в процессе общения и др. Однако в период дошкольного детства эмоциональное развитие требует организации психолого-педагогического сопровождения.

В этот период также происходит усвоение *моральных норм*, подчинение поступков этическим эталонам, благодаря чему у ребенка развивается умение правильного поведения в коллективе, развивается мотивация деятельности, волевая и эмоциональная сферы. В возрасте 5 лет ребенок уже в значительной степени овладевает этими нормами, у него формируются гордость, стыд и др. Оценка со стороны взрослого переживается очень остро. У старших дошкольников появляется важнейшее новообразование в развитии личности –

соподчинение мотивов. В 5 лет ребенок уже может подавлять непосредственные желания, т.к. обдуманые действия начинают преобладать над импульсивными. В 6 лет дошкольник уже может произвольно управлять собственной деятельностью (преодолевать препятствия, ограничивать действия и т.д.).

Таким образом, дошкольный период является важнейшим периодом развития ребенка, определяя не только готовность к школьному обучению, но и дальнейшие психолого-поведенческие особенности. Очевидно, что в дошкольный период за счет особенностей психологического развития (ведущей деятельности, формы мышления, восприятия и др.) наиболее эффективными способами психокоррекции могут являться методы арт-терапии (одним из которых является песочная терапия).

1.3 Возможности песочной терапии в коррекции детских страхов

Арт-терапия является одним из методов психотерапии, при котором в коррекционной работе используют специальные художественные приемы и творчество (музыка, рисование, кинофильмы, лепка, песок и др.). О.И. Качурина отмечает, что «Я» человека отражается в зрительных образах спонтанно, когда ребенок не задумывается о том, что он лепит, рисует, играет и др. Соответственно, художественные продукты деятельности отражают, таким образом, подсознательные процессы (страхи, сновидения, воспоминания детства, внутренние конфликты и др.). При словесном описании подсознательных процессов у ребенка могут возникать затруднения, в этой связи именно невербальные средства нередко являются единственной возможностью для прояснения и выражения сильных переживаний. В психокоррекционной работе с детьми выделяют следующие виды арт-терапевтического воздействия: сказкотерапия, изотерапия, музыкальная терапия, игровая терапия и, безусловно, все более широко используемая песочная терапия.

Песочная терапия является также и одним из методов интегративной психологии. Возникнув в рамках аналитической психологии, данный вид арт-терапии довольно долго развивался в рамках данной концепции, оставаясь инструментом юнгианских психотерапевтов. На современном этапе данный метод используется представителями разных направлений, которые нередко добавляют в него новые нюансы, что дает возможность в дальнейшем использовать песочную терапию в рамках других концепций. Несмотря на то, что песочную терапию нельзя считать наиболее популярной и широко применяемой арт-терапевтической техникой, данный метод имеет своих последователей и устоявшееся место в арт-терапевтической практике. Ряд авторов считают песочную терапию в виде самостоятельной процедуры и техники. Т. Зинкевич-Евстигнеева считает, что песочная терапия является частью терапии сказками. О. Чернявская считает песочную терапию неделимой частью интерактивного театра и т.д. Песочная терапия используется рядом психотерапевтов и психологов как дополнительный метод психотерапии в рамках иных методов, или в виде консультативной методики.

Песочная терапия дает возможность обратиться к внутреннему миру, погрузиться в последний для поиска внутренних смыслов, индивидуальных ресурсов и ориентиров, для поиска ответов на актуальные вопросы. В процессе сеансов с использованием песочной терапии осуществляется доступ к неосознаваемым частям «Я», что, в свою очередь, приводит к высвобождению психической энергии.

Песочная терапия используется в работе как со взрослыми, так и с детьми. Специалисты применяют метод песочной терапии в рамках развивающих занятий, при недостаточном развитии интеллектуальной сферы, при речевых нарушениях, при эмоциональных нарушениях и др.. Метод песочной терапии позволяет:

- отреагировать негативный эмоциональный опыт в процессе творческого самовыражения;

- на символическом уровне проработать психотравмирующую ситуацию;

- обеспечить регресс к прошлому опыту для повторного переживания и конечного освобождения;

- изменить отношение к себе, к прошлому и будущему и др. Работа с методом песочной терапии позволяет психологу решать диагностические, терапевтические, коррекционные задачи, задачи творческого развития личности. Песочную терапию рекомендуется предлагать в случаях, если клиент: имеет психологическую травму; органичен в проявлении эмоций, переживает возрастной кризис и др. Однако у метода имеются противопоказания: невроз навязчивых состояний, очень высокий уровень тревожности, легочные и аллергические заболевания, порезы на руках.

В соответствии с поставленными задачами в песочной терапии могут использоваться разнообразные песочницы и разный песок. В частности, для индивидуальных занятий используется классическая юнгианская песочница, для групповых – круглая уникальная песочница, вокруг которой могут расположиться несколько детей. Причем все дети расположены на одинаковом расстоянии от центра, несущего наибольшую смысловую нагрузку. Нередко используется песочница, меняющая цвет, популярность набирает «живой песок». Развитием концепции песочной терапии занимались представители юнгианской школы (Д. Калфф). В России система песочных игр разработана ведущими сотрудниками Института специальной педагогики и психологии Международного университета семьи им. Р. Валленберга (г. Санкт-Петербург).

Работа по коррекции детских страхов в дошкольном детстве наиболее эффективна, если имеется возможность узнать причину и природу страха, место страха в личности дошкольника. Коррекция страхов направлена на установление причины, снятие эмоционального напряжения, развитие коммуникативных способностей, формирование навыков преодоления конфликтов. Проведение работы психолога с детскими страхами существенно

уменьшает негативное влияние страха на общее развитие ребенка (см. параграф 1.1). Однако определенного, четко установленного метода работы со страхами нет. Поэтому коррекционная работа проводится при комплексном воздействии методов: музыкотерапия, денстерапия, арт-терапия (одним из методов которой и является песочная терапия).

В работе с детьми основополагающая идея метода заключается в том, что песочная терапия предоставляет ребенку возможность избавиться от психологической травмы с помощью перенесения на плоскость песочницы (вовне) своих фантазий и развития ощущения связи и контроля над внутренними побуждениями. Основной целью песочной терапии является не изменение личности ребенка, и не изменение самого ребенка, а возможность побыть в процессе игры самим собой. Именно в игре (как ведущем виде деятельности в дошкольном возрасте) ребенок наиболее легко может объяснить свои чувства к другим людям, к окружающему миру и самому себе. Свои желания и чувства ребенком может отразить в процессе игры с наиболее приглянувшейся игрушкой (закопать в песок, убрать, поставить в центр и т.д.). Также в процессе песочной терапии дошкольник может свободно выразить даже самые глубокие эмоциональные переживания, благодаря чему он освобождается от них, и все пережитое не развивается в психологическую травму.

Наиболее оптимально использование песочной терапии в работе с дошкольниками, т.к. в этом возрастном периоде дети еще не могут четко выразить свои переживания в связи с бедностью представлений и недостаточным развитием вербального аппарата. При этом в методе каждая из фигурок воплощает определенный персонаж, который взаимодействует с другими героями. При игре с подобными персонажами в песочнице дошкольник чувствует себя хозяином именно своего внутреннего мира, а также становится режиссером «драмы на песчаном листе».

От других форм арт-терапии песочная терапия отличается возможностью изобретения новых форм, простотой манипуляций,

кратковременностью создаваемых ребенком объектов и др. Многократное создание новых сюжетов, возможность быстрого разрушения песочной композиции, возможность изобретения новых форм придают песочной терапии определенный вид ритуала. Создание песочных последовательных композиций отражает цикличность психической жизни, динамику психических изменений ребенка. Тем более что в песочной терапии от ребенка не требуется никаких специальных умений. Природные материалы, миниатюрные фигурки дают возможность создавать объемные композиции с приданием образам дополнительных свойств, отражают разные уровни психического содержания, облегчают доступ к бессознательным уровням психики. Все, что дошкольник раньше скрывал от взрослых, в процессе песочной терапии выходит наружу, персонажи в песочнице начинают выражать его чувства и мысли. В этой связи метод наиболее эффективен в работе с дошкольниками, которые не могут выражать четко свои переживания, и зажаты в себе. Дошкольники с повышенной тревожностью, страхами, застенчивостью и заниженной самооценкой легко выбирают фигурки, акцентируя на них свое внимание. Дети со страхами и после психологической травмы охотно принимают участие в песочной терапии, т.к. она дает возможность заново пережить психотравмирующее событие, избавиться от связанных с ним переживаний и страхов. Также этот метод может быть полезен в работе с дошкольниками, которые пережили стресс при утрате близких или в результате насилия взрослых. В процессе песочной терапий выделяется три стадии:

- стадия «хаоса», которая характеризуется «проживанием» дошкольником (ребенком) собственного эмоционального состояния и постепенным освобождением от последнего. Продолжительность стадии «хаоса» может быть до нескольких занятий. В стадии «хаоса» дошкольник набирает много игрушек, расставляет их на песке довольно беспорядочно, нередко игрушки перемешиваются с песком. Очевидно, что в этом случае действия дошкольника отражают наличие страха, смятения, тревоги,

отсутствие позитивной внутренней динамики. При этом многократное повторение психотравмирующей ситуации дает возможность изменить эмоциональное отношение ребенка к ней. По мере увеличения количества занятий можно заметить, как постепенно начинает формироваться сюжет и уменьшаться количество используемых фигурок;

- стадия «борьбы» наиболее часто наблюдается у взрослых, подростков, трудных детей. На песок подсознательно переносится весь спектр внутренних конфликтов: страхи, тревоги, обиды, агрессия, болезни и др. В песочнице персонажи могут убивать друг друга, вступать в схватки, противоборство и др. Через определенный промежуток времени может появляться «герой», который восстанавливает справедливость и наводит порядок;

- стадия «разрешения конфликта» характеризуется наличием мирных картин и сюжетов: покой, мир, возвращение к естественной деятельности и др. Недаром К. Юнг утверждал, что «игры в песке» высвобождают заблокированную энергию и активизируют те процессы исцеления, которые заложены в человеческой психике. При использовании песочной терапии у дошкольников отмечаются положительные изменения: быстрее восстанавливаются утраченные навыки, повышается общий эмоциональный фон, усиливается самостоятельность, интенсивней и гармоничней развиваются познавательные функции и др.

В использовании песочной терапии в дошкольной среде используются следующие принципы организации деятельности:

- принцип создания стимулирующей естественной среды для того, чтобы ребенок почувствовал себя защищенно и комфортно. В этом случае наиболее вероятно проявление творческой активности дошкольника. Для соблюдения этого принципа подбирается задание, которое соответствует возможностям, в сказочной форме формулируется подробная и несложная инструкция к игре, поощряется фантазия и творческий подход, полностью исключается негативная оценка идей, результатов, действий дошкольника;

- принцип «оживления» абстрактных символов: цифр, фигур, букв и др. При реализации данного принципа формируется и усиливается положительная мотивация к занятиям, усиливается внутренняя заинтересованность дошкольника;

- принцип «реального проживания», проигрывания разнообразных ситуаций совместно с героями сказочной игры. Данный принцип осуществляет переход от Воображаемого к Реальному и обратно. Например, оказавшись в роли Спасителя Главной Героини (принцессы, феи, девочки и др.), дошкольник не только предлагает определенный выход из кризисной ситуации, но и разыгрывает ее в реальности на песке с использованием фигурок. Соответственно, он имеет возможность убедиться в ошибочности или правильности избранного пути.

При использовании песочной терапии необходимо соблюдать условия работы с детьми: наличие специальной подготовки педагога, обязательное наличие творческого подхода педагога к проведению занятий; желание и согласия самого ребенка; отсутствие противопоказаний к проведению песочной терапии (см. выше).

Наиболее часто используемый план занятий с дошкольниками при использовании песочной терапии – приветствие, основная часть, рефлексия. Методы и приемы песочной терапии, которые используются на занятиях с детьми дошкольного возраста можно отразить следующим образом (см. Рис. 1.2).



Рисунок 1.1 Приемы и методы песочной терапии

При использовании песочной терапии выделяют три этапа работы с дошкольниками:

- знакомство, при котором дети знакомятся с самим песком, правилами и особенностями песочного мира;
- наблюдение. Учитывая, что в процессе игры с песком ребенок свободен в выражении своих эмоций и чувств, используя наблюдение можно выявить основные проблемы ребенка, т.к. игра является символическим языком для детского самовыражения;
- коррекция и развитие. После определения проблемы проводятся коррекционно—развивающие занятия.

Основные формы песочной терапии: рисование на песке и песком, конструирование из песка, составление узоров, создание картин, формирование «песочного мира» и др.

В использовании песочной терапии с дошкольниками используются следующие варианты:

1.Игровые методы. Дидактический материал (игровой практикум) с песочницей используют для младшего возраста. В процессе научных исследований доказано, что песок поглощает негативную энергию, наполняет гармонией, успокаивает. Поэтому детям младшего дошкольного возраста

занятия в песочнице показаны для снятия общего напряжения, страхов, негативных эмоций и др.

2. Диагностические методы (групповая и индивидуальная формы). При использовании индивидуальной формы можно диагностировать:

- направленность и уровень агрессии (ауто и гетероагрессия);
- присутствие внутренних конфликтов ребенка (песочная страна в стадии разрушения, борьба в песочнице и др.);

- конфликты с близкими людьми (родителями, братьями, сестрами и др.). При этом в песочной стране можно отметить противостояние героев, которые играют роль реальных членов окружения ребенка;

- ресурсные потенциальные возможности (наличие «чудесных предметов», которые несут избавление от ситуации и счастливое решение проблемы);

- способы преодоления трудностей (избегание, покровительство, взаимопомощь и др.);

- уровень развития эмоциональной сферы (рефлексия, анализ чувств);

- анализ расположения игрушек на песке и интерпретация их значения.

При групповом методе можно определить распределение и характер ролей в группе, стиль и методы поведения каждого из участников группы.

3. Психокоррекционное воздействие в случае наличия у ребенка психоэмоциональных и поведенческих проблем, нарушений невротического характера, страхов и др.

4. В качестве развивающего психопрофилактического средства.

Таким образом, песочная терапия является одним из методов коррекции страхов у дошкольников, т.к. создает в процессе занятий максимально комфортную среду, в которой дошкольник чувствует себя защищенно. В результате ребенок проявляет творческую активность, воображение, фантазию, не боится работать самостоятельно и принимать решения. В процессе использования метода дошкольник неосознанно учится понимать самого себя, принимать себя положительно. Также песок имеет свойство

«принимать и заземлять» негативные эмоции и энергию дошкольника. Проживание ребенком психотравмирующей ситуации, проигрывание ее на песке и использование сказочных фигурок является полезным жизненным опытом, который позволит в дальнейшем более эффективно справляться с жизненными конфликтами и проблемами, преодолевать страхи в реальной жизни.

Выводы по главе 1

Таким образом, чувство страха определяется результатами личного опыта ребенка, возникающим в форме условного рефлекса на определенный раздражитель, который получил отрицательное подкрепление. Страхи дошкольника являются образованием, которое возникает в результате того, что ребенок начинает объективировать (3-4 года) и особым образом относиться к элементам окружающей среды, которые могут ввергнуть его в «катастрофическое состояние». В дошкольном возрасте имеется множество разновидностей страхов, каждая из которых имеет негативное (или в предупреждающее позитивное) влияние на развитие психоэмоциональной и познавательной сферы ребенка. Страхи присутствуют в период всей жизни ребенка, но качественное их содержание заметно отличается в разные возрастные периоды. В период дошкольного детства основными страхами являются страхи замкнутого пространства, темноты, одиночества, смерти. К 7 годам формируются устойчивые формы поведения при переживании страха.

Период дошкольного детства становится временем фактического складывания личности ребенка, проявляется качественными изменениями, появлением новых процессов в психике и новых механизмов.

Одним из методов коррекции страхов у дошкольников за счет особенностей развития психической сферы может выступать песочная терапия (за счет ведущей деятельности, форм мышления, восприятия и др.), т.к. именно при ее использовании ребенок проявляет творческую активность, воображение, фантазию, не боится работать самостоятельно и принимать

решения. В процессе использования метода дошкольник неосознанно учится понимать самого себя, принимать себя положительно. Также песок имеет свойство «принимать и заземлять» негативные эмоции и энергию дошкольника. основополагающая идея метода заключается в том, что песочная терапия предоставляет ребенку возможность избавиться от психологической травмы с помощью перенесения на плоскость песочницы (вовне) своих фантазий и развития ощущения связи и контроля над внутренними побуждениями, что позволяет справиться в процессе игры с основными страхами (или, как минимум, диагностировать их для последующей психотерапии).

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРИМЕНЕНИЯ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ ДЛЯ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ У ДОШКОЛЬНИКОВ

2.1. Описание выборки

Для проведения исследования нами была сформирована экспериментальная группа, состоящая из 13 дошкольников. Из них 7 мужского пола, 6 женского. На момент проведения исследования они находились в детском саду. От родителей всех участников исследования было получено согласие на проведение предварительного тестирования, песочной терапии и тестирования после неё. Все участники были проинформированы о том, что они будут делать и дали своё согласие вместе с родителями. Работа производилась под руководством и при участии воспитателя.

2.2. Планирование диагностических методов

С целью предварительного тестирования мы использовали проективную методику «Страхи в домиках». Эта методика может проводиться как с одним ребёнком, так и с группой детей. После того, как задание методики завершено, дети символически закрывают «страшный дом» на замок, а ключ «выбрасывают». Этот символический ритуал позволяет нивелировать актуализацию страхов и не дать им деструктивно воздействовать на ребёнка. Страхи в «страшном доме» подсчитываются и соотносятся с возрастными нормами.

В процессе диагностики детям даётся список из 29-и страхов, а также два дома – красный и чёрный. Дети выбирают, в каком из домов будут «жить нестрашные страхи, а в каком страшные», после чего разделяют страхи в оба дома. Таким образом актуализируются и дифференцируются наиболее пугающие ребёнка страхи. Для целей нашего исследования такой результат является наиболее приемлемым, поскольку мы сможем проследить динамику изменения как просто количества страхов, так и проверить, какие именно

страхи преобладают в психической жизни детей, а также, какие страхи могут исчезать после проведения песочной терапии.

Также было принято решение использовать качественный метод стандартизированной беседы с целью выявления глубинной структуры страхов и того, как дети субъективно воспринимают страхи через призму своей личности. Учитывая возраст детей (в среднем 6.5 лет) мы разработали список стандартных коротких вопросов, на которые дошкольники смогут дать максимально конкретный и валидный ответ. Мы планируем задать первые вопросы детям после проведения методики «Страхи в домиках» до проведения песочной терапии, вторую часть вопросов сразу после проведения песочной терапии, и, наконец, третью часть после второго проведения методики «Страхи в домиках».

Мы планируем семь основных вопросов с возможными уточняющими. Все ответы будут приведены в анонимном виде. Для оптимального распределения ресурсов будет опрошено по два участника женского и мужского пола соответственно с наличием страхов выше нормы и на уровне нормы до проведения песочной терапии. Такое распределение позволит наиболее оптимально получить глубинную картину страхов детей. Приведём список вопросов:

- 1) Скажи, почему ты отнёс именно эти страхи в «страшный домик»?
- 2) Какой из этих страхов наиболее страшный?
- 3) Ты встречался с ним?
- 4) Что тебе понравилось в игре с песком?
- 5) Что ты сейчас думаешь о страхах из чёрного домика?
- 6) Ты помнишь, какие страхи ты относил в «страшный домик» в первый раз?
- 7) Куда бы ты отнёс их сейчас?

2.3. Диагностика перед проведением песочной терапии

Таблица 2.1

Первичное тестирование участников исследования

id участника	Возраст	Пол	Число страхов	Соответствие норме
01	7	м	10	выше нормы
02	7	д	11	норма
03	7	м	5	норма
04	7	м	11	выше нормы
05	6	д	6	норма
06	6	д	3	норма
07	6	м	8	норма
08	6	м	7	норма
09	6	д	16	выше нормы
10	6	м	11	выше нормы
11	6	м	1	норма
12	6	д	10	норма
13	6	д	15	выше нормы

Далее мы провели качественный анализ полученных результатов.

По методике «Страхи в домиках» А.И.Захарова (модификация М.А. Панфиловой) было выявлено, что низкий уровень количества страхов у 15,38% (2 человек), ниже среднего уровня количества страхов у 38,46% (5 человека), средний уровень количества страхов у детей старшего дошкольного 7,69% (1 человек), выше среднего уровень количества страхов у 23,07% (3 человек), и высокий уровень количества страхов у 15,38% (2 человек).

Качественный анализ страхов

Подгруппы страхов	Экспериментальная группа
Медицинские страхи	9 чел. (69,23%)
Причинение физического ущерба	11 чел. (84,61 %)
Страх смерти	5 чел. (38,46%)
Страхи животных и сказочных персонажей	12 чел. (92,3%)
Страхи перед сном, кошмарных снов, темноты	9 чел. (69,23%)
Социально-опосредованные страхи	11 чел. (84,61%)
Пространственные страхи	7 чел. (53,84%)

Как только завершилась реализация программы по коррекции детских страхов с помощью средств песочной терапии, была проведена повторная диагностика по методике: «Страхи в домиках» А.И.Захарова (модификация М.А. Панфиловой), на выявление уровня детских страхов в настоящий момент.

Результаты экспериментальной группы до эксперимента по методике «Страхи в домиках» А.И.Захарова (модификация М.А. Панфиловой): высокий уровень снизился с 15% (2 человека) до 0%; выше среднего уровень изменился с 23% (3 человека) до 0%; средний уровень с 8% (1 человек) возрос до 15% (2 человека); ниже среднего уровень был 39% (5 человек), стал 61% (8 человек); и низкий уровень изменился с 15% (2 человека) до 23% (3 человека).

Ведущим страхом старшего дошкольного возраста является страх смерти, его появление обусловлено осознанным восприятием окружающего мира. В процессе обработки данных, было выявлено, что 38% испытуемых имеют страх смерти, 62% ему не подвержены. Как правило, дети могут справиться с подобными переживаниями самостоятельно, но только в том случае, если в семье царит благоприятная атмосфера. Преобладают страхи животных (волков, змей, пауков, кошек, собак, медведей), проявляются у 69%

испытуемых. В семьях немолодых родителей может формироваться страх опоздать, обнаружен у 15% экспериментальной группы, также обусловлен возможным непринятием в среде сверстников, общение с которыми имеет существенное значение для самоутверждения и адекватной самооценки старшего дошкольника. Страх отсутствия матери проявляется перед тем, как заснуть и в кошмарных снах, присутствует у 38% испытуемых. Дошкольный возраст считается периодом начальной социализации ребенка, а также периодом накопления эмоционального опыта, в связи с чем происходит расширение круга общения, изменяется роль собственной речи ребенка. Очевидно, что речь и язык, преобладающая игровая деятельность, становятся связующим звеном между дошкольником и окружающим миром, что способствует развитию его воображения, таким образом возникает вероятность появления и воображаемых страхов. Страх сказочных персонажей наблюдается у 61% испытуемых экспериментальной группы.

2.4 Беседа с четырьмя участниками исследования

Для стандартизированной беседы были выбраны четыре участника: два мужского пола и два женского, в каждой паре со страхами в пределах нормы и выше нормы по одному человеку. В целях сохранения анонимности имена участников были заменены на порядковые номера, в результате в беседе приняли участие 01, 03 (мальчики, выше нормы и норма); 09, 05 (девочки, выше нормы и норма). Ниже приведём расшифровку беседы с каждым из них и сравнительный анализ их ответов. В ходе беседы могут задаваться уточняющие вопросы.

Беседа с участником 01 (мальчик, страхи выше нормы)

Здесь и далее «И» - интервьюер, «Р» - ребёнок.

У участника 01 присутствует 10 страхов, из которых 4 медицинского характера, 1 причинения физического ущерба, 5 страхи сказочных животных.

И: Скажи, почему ты отнёс именно эти страхи в «страшный домик»?

Р: Ну, стоматологи инструментами пилят зубы, а я не хочу, чтобы они мне их отпилили.

И: А сказочные животные? Почему ты их боишься?

Р: Я не всех боюсь.

И: А каких?

Р: Есть такие, которые страшные, они под кроватью или у них когти и зубы. В общем, они страшные, хотя у волка тоже зубы есть и когти, но он помогает, а не ест всех.

И: Какой из этих страхов наиболее страшный?

Р: Я боюсь больше всего зубов, потому что они у меня во рту, стоматолог мне пилила зубы, они почти выпали все, этого я боюсь, да.

И: А животные?

Р: Так их ведь не существует, они в книжках только, я их боюсь, когда читаю, а когда не читаю, не боюсь, потом только начинаю.

[**И:** Ты встречался с ним?] – *последний вопрос мы не стали задавать, поскольку ребёнок уже ответил на него ранее.*

Беседа с участником 03 (мальчик, страхи в норме)

У участника 03 присутствует 5 страхов, из которых 2 медицинского характера, 3 страх перед сном, кошмарами и темнотой.

И: Скажи, почему ты отнёс именно эти страхи в «страшный домик»?

Р: Потому что темнота страшная! Там непонятно что находится!

И: А что находится?

Р: Непонятно что. Я не знаю, просто страшно.

И: Какой из этих страхов наиболее страшный?

Р: Вот этот [показывает на «страх медицинского характера»]. Не люблю уколы, я бы лучше полчаса... час даже в темноте просидел. Не люблю уколы.

И: Ты встречался с ним?

Р: Да, конечно, всем же постоянно делают уколы, как будто любят только колоть всех!

И: А что ты делал, когда встречался с ним?

Р: Блин, просто сидел и ждал, пока меня уколят, что я сделаю, если мама не даёт уйти?

Беседа с участником 09 (девочка, страхи выше нормы)

У участника 09 присутствует 16 страхов, из которых 11 медицинского характера, 2 страх перед сном, кошмарами и темнотой, 1 социально-опосредованный страх, 3 причинение физического ущерба.

И: Скажи, почему ты отнесла именно эти страхи в «страшный домик»?

Р: Потому что я их боюсь! В страшном домике же страшные страхи.

И: Какой из этих страхов наиболее страшный?

Р: Вообще-то их несколько, я боюсь темноты и медиков, а ещё иногда мама и бабушка говорят, что я не умею вести себя с людьми.

И: Ты встречалась с ним?

Р: Конечно, встречалась я постоянно то у медиков, то свет рано выключают, когда спать надо, а я не хочу ещё и приходится лежать по ночам и ждать, пока глаза начнут закрываться, а света нет и очень страшно!

И: А что ты делала, когда встречалась с ним?

Р: Когда я с медиками встречаюсь, я представляю, что я – это не я, а потом снова представляю, что я – это я. А когда в темноте, то крепко закрываю глаза, потому что темнота под глазами это не темнота, которая в комнате. Вот.

И: А когда мама или бабушка...?

Р: Ну, тогда мне приходится просто стоять и ждать, пока всё это закончится, а то меня накажут.

Беседа с участником 05 (девочка, страхи в норме)

У участника 05 присутствует 6 страхов, из которых 3 медицинские страхи, 3 социально-опосредованные страхи.

И: Скажи, почему ты отнесла именно эти страхи в «страшный домик»?

Р: Я так-то ничего не боюсь, но вот стоматологов и хирургов боюсь. А ещё все иногда смеются надо мной, потому что я не такая, как они. Вот. Умная. Поэтому отнесла сюда.

И: Какой из этих страхов наиболее страшный?

Р: Самый страшный – это стоматологи, конечно. Я боюсь боли в зубах, она больная. Ну, можно ещё хирургов, но я их не очень боюсь, потому что только через, ну, когда-нибудь я встречу ещё с ними, но потом.

И: Ты встречалась с ним?

Р: Да, мама меня постоянно водит к стоматологу, чтобы потом я не тратила деньги на зубы, когда буду работать. Я буду работать с восемнадцати лет сразу, где-нибудь в библиотеке или Макдональдсе, но не знаю.

И: А что ты делала, когда встречалась с ним?

Р: Я терпела, потому что тогда мне придётся все деньги свои тратить на починку зубов потом и зубы будут постоянно болеть. Вот, я думаю, надо терпеть, когда боишься.

Интерпретация бесед

Мы взяли по мальчику и девочке с высоким и нормальным уровнем страхов и провели с каждым из них краткую беседу сообразно уровню их возрастного развития. Следует отметить, что дети давали достаточно чёткие и сообразные вопросам ответы, а их мышление, по всей видимости, было на высоком уровне обобщающим и способным схватывать окружающий опыт. Если брать идеи Л. С. Выготского, то заметно, что дети из обеих групп были способны на высоком уровне оперировать символами окружающей среды и интериоризировать их.

Примечательно, что наиболее выраженным является страх стоматологов (и в одном случае страх хирургов, но слабо выраженный). Во многом страхи детей связаны с тем, что что-то будут делать с ними, а они либо

будут находиться в неизвестности, либо не будут способны этому помешать. При этом одна из девочек достаточно хорошо отражала свой страх и рационализировала его за счёт слов её родителей.

Также довольно выражен у более тревожных детей страх темноты, они боятся неизвестности, но так или иначе совладают с ним либо с помощью чего-то, напоминающего прототипы психотехник по успокоению, либо просто проживают его.

В целом, в настоящий момент у более тревожных детей наблюдается, соответственно, и большая дифференциация страхов, при этом они не всегда отражают все страхи, которые продуцируют во время методики. Обычно они отражают максимум два страха, которые наиболее социально приемлемы и более очевидны для выражения.

В результате на данный момент общим для всех детей является актуализированная боязнь стоматологов, при этом более тревожные дети более склонны бояться темноты, а также более склонны совладать с помощью игнорирования страха или его подавления.

2.5. Беседа после проведения песочной терапии

Беседа с участником 01 (мальчик, страхи выше нормы)

Здесь и далее «И» - интервьюер, «Р» - ребёнок.

У участника 01 присутствует 8 страхов, из которых 4 медицинского характера, 4 страхи сказочных животных.

И: Что тебе понравилось в игре с песком?

Р: Заселять дома человечками.

И: Почему?

Р: Ну, это прикольно просто. Селить их, чтобы они жили. Все живут, потому что ты их посадил.

И: Ты помнишь, какие страхи ты относил в «страшный домик» в первый раз?

Р: Ага. Ну, не помню прямо всё, но там стоматологи были, животные с зубами, всякое такое.

И: Что ты сейчас думаешь о страхах из чёрного домика?

Р: Стоматологи всё равно страшные, я их никогда в жизни не перестану бояться! Вот.

И: А животные с зубами?

Р: Я их пока что не очень боюсь, потому что просто не боюсь.

И: Куда бы ты отнёс их сейчас?

Р: Стоматологов в чёрный домик, а животных посередине где-нибудь.

И: Но всё же, животных в красный или чёрный домик?

Р: Пусть около красного, близко к нему.

Беседа с участником 03 (мальчик, страхи в норме)

У участника 03 присутствует 5 страхов, из которых 1 медицинского характера, 4 страх перед сном, кошмарами и темнотой.

И: Что тебе понравилось в игре с песком?

Р: Водить по песку руками и делать деревья в городе, а ещё давать животных и водить руками по песку.

И: Почему?

Р: Ну, не знаю, мне просто нравится, это круто. Песок сквозь пальцы сыпется, я так люблю на пляже делать, правда, там камешки и улитки ещё иногда.

И: Ты помнишь, какие страхи ты относил в «страшный домик» в первый раз?

Р: Конечно, я же их боюсь.

И: Какие?

Р: Там был страшный врач и темнота. Я ещё тогда вам говорил, что полчаса в темноте лучше, чем укол, да ведь?

И: Да, всё верно.

И: Что ты сейчас думаешь о страхах из чёрного домика?

Р: Уколов и вы боитесь, так что я их не перестану бояться. Но могу потерпеть, что тут поделать.

И: А темнота?

Р: Я пока что её боюсь всё равно, но немножко меньше. Она страшная всё равно, конечно.

И: Куда бы ты отнёс их сейчас?

Р: Туда же, они всё равно же страшные.

Беседа с участником 09 (девочка, страхи выше нормы)

У участника 09 присутствует 5 страхов, из которых 2 социально-опосредованных страхов, 3 причинение физического ущерба.

И: Что тебе понравилось в игре с песком?

Р: Заселять дома, конечно.

И: Почему?

Р: Ну, не знаю, мне просто нравится, это круто. Песок сквозь пальцы сыпется, я так люблю на пляже делать, правда, там камешки и улитки ещё иногда.

И: Ты помнишь, какие страхи ты относил в «страшный домик» в первый раз?

Р: Конечно, я же их боюсь.

И: Какие?

Р: Там был страшный врач и темнота. Я ещё тогда вам говорил, что полчаса в темноте лучше, чем укол, да ведь?

И: Да, всё верно.

И: Что ты сейчас думаешь о страхах из чёрного домика?

Р: Уколов и вы боитесь, так что я их не перестану бояться. Но могу потерпеть, что тут поделывать.

И: А темнота?

Р: Я пока что её боюсь всё равно, но немножко меньше. Она страшная всё равно, конечно.

И: Куда бы ты отнёс их сейчас?

Р: Туда же, они всё равно же страшные.

Беседа с участником 05 (девочка, страхи в норме)

У участника 05 присутствует 5 страхов, из которых 3 медицинские страхи, 2 социально-опосредованные страхи.

И: Что тебе понравилось в игре с песком?

Р: Разделяться на группы и что все делали разные вещи, но вместе.

И: Ух ты, а почему?

Р: Потому что мы играем, но каждый делает своё. Это интересно, со мной никто не играет так, когда я не на таких занятиях.

И: Ты помнишь, какие страхи ты относила в «страшный домик» в первый раз?

Р: Стоматологи, потому что они и зубная боль всегда вместе. Я их всё ещё боюсь, если что.

И: Что ты сейчас думаешь о страхах из чёрного домика?

Р: Ну, они страшные, я их всё равно боюсь. Вот, они в том же домике.

И: Куда бы ты отнёс их сейчас?

Р: Туда же, они всё равно же страшные.

Интерпретация бесед

На этом этапе мы будем проводить интерпретацию беседы на контрасте с предварительной беседой с целью демонстрации динамики страхов детей после проведения с ними песочной терапии.

В целом, можно достоверно сказать, что количество страхов у детей существенно снизилось. Однако, следует отметить, что существенно снизилось оно только у тех детей, у которых было изначально выше нормы. У детей с и без того небольшим количеством страхов они почти не снижались.

Следует отметить, что в целом дети помнят о своих страхах, но относятся к ним более спокойно. В то время, как во время первичной беседы дети показывали высокий уровень невербального беспокойства, во время второй части беседы они были достаточно спокойны и отвечали на вопросы с большим уровнем саморефлексии.

Примечательно, что, несмотря на то, что дети помнили свои страхи, они отзывались о них так, как если бы эти страхи присутствовали в их долговременной памяти, а не были актуализированными. Мы склонны полагать, что данный эффект обусловлен тем, что страхи продуцируют эмоциональную реакцию исключительно в том случае, если они присутствуют в оперативной памяти. При этом песочная терапия путём перенаправления эмоциональных реакций, внимания и деятельности актуализирует противоположные страху эмоции и мысли, что естественным образом не даёт страху завладеть психикой ребёнка. Открытым остаётся вопрос, сколько продлится такое воздействие, но мы предполагаем, что при проведении нескольких сессий этот эффект закрепится и станет постоянным.

Таким образом, на основе анализа бесед мы можем заключить, что песочная терапия направляет динамику страха в сторону его снижения.

2.6. Диагностика после проведения песочной терапии

Таблица 2.3

Вторичное тестирование участников исследования

id участника	Возраст	Пол	Число страхов до терапии	Число страхов после терапии
01	7	м	10	8
02	7	д	11	10
03	7	м	5	5
04	7	м	11	4
05	6	д	6	5
06	6	д	3	4
07	6	м	8	7
08	6	м	7	6
09	6	д	16	10
10	6	м	11	5
11	6	м	1	1
12	6	д	10	8
13	6	д	15	7
Односторонний тест Вилкоксона для связанных выборок: $V = 63$, $p\text{-value} = 0.004003$				

Для того, чтобы достоверно установить наличие статистически значимого снижения количества страхов, мы провели непараметрический тест Вилкоксона для связанных выборок. Он является вариантом теста Манна-Уитни и применяется для выборок, имеющих распределение, отличное от нормального и являющихся зависимыми. Так как в данном случае у нас присутствует два измерения «до» воздействия и «после», этот критерий нам подходит. Также необходимо уточнить, что мы провели односторонний критерий в сторону уменьшения второго измерения относительно первого.

В результате подсчёта критерия в программе SPSS 19 уровень значимости составил $p = 0.004003$, что меньше, чем критический уровень значимости в 0.05. Мы можем заключить, что количество страхов статистически значимо уменьшилось.

Выводы из главы 2

Дети старшего дошкольного возраста обладают достаточно широким кругозором, знаниями и общими сведениями об окружающей среде, однако эти знания не всегда носят отчетливый характер. Именно поэтому дошкольник начинает особенно нуждаться в эмпатии, в понимании со стороны родных и близких. В данном возрастном периоде оценочные суждения взрослых крайне важны для дошкольника, ребёнок предпринимает попытки подражать родителю, как авторитету, но в связи с отсутствием достаточного жизненного опыта может не верно трактовать поступки, большинство из которых положат основания для страхов. Таким образом их количество в старшем дошкольном возрасте у детей обоих полов возрастает. Происходит накопление позитивного и негативного опыта поведения в разных ситуациях, формируются устойчивые формы поведения при переживании страха. На данном возрастном этапе формируется осмысленная ориентация ребенка в эмоциональных переживаниях («мне страшно», «я боюсь» и др.). Особенности страхов в старшем дошкольном возрасте характеризуются динамичностью, а также преобладанием определенного страха над другими.

В результате качественной и количественной обработки применённых нами методов беседы и подсчёта количества страхов посредством методики «Страхи в домиках» мы можем заключить, что проведение метода коррекции страхов посредством песочной терапии действительно значимо направляет динамику страхов в сторону снижения их количества. В то время, как с помощью количественного метода подсчёта страхов мы подтвердили статистически значимое их снижение, с помощью метода полустандартизированной беседы мы выяснили качественную сторону динамики страхов, уникальную для каждой личности. Мы выделили общие тенденции страхов и общие тенденции их динамики снижения после проведения песочной терапии. В результате можно сказать, что песочная терапия не только снижает количество страхов самих по себе, но и притупляет

их эмоциональное ощущение, переводя их скорее в сферу когнитивной обработки. Благодаря этому дети помнят свои страхи, но в то же время говорят о них не с эмоциональным оттенком, а скорее с рефлексивным, насколько это возможно для детей 6-7 лет.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В начале исследования мы поставили гипотезу о том, что *целенаправленная коррекция детских страхов возможна в процессе реализации психолого-педагогической программы коррекции средствами песочной терапии.*

Методологической основой нашего исследования стали: клиентцентрированный подход К. Роджерса, техника активного воображения К. Г. Юнга, идеи песочной терапии Д. Калфф.

Для проверки данной гипотезы мы провели исследование, состоящее из следующих этапов:

1. Определить разработанность проблемы коррекции детских страхов, в трудах отечественных и зарубежных авторов;
2. Провести исследование, направленное на выявление возможностей и особенностей использования песочной терапии в коррекции детских страхов.
3. Определить основные направления коррекционно-развивающей работы по коррекции детских страхов средствами песочной терапии;
4. Экспериментально проверить эффективность программы по коррекции детских страхов средствами песочной терапии.

Для экспериментальной проверки мы использовали метод полустандартизированной беседы и проективную методику «Страхи в домиках» с последующим подсчётом количества страхов, что позволило нам применить методы математической статистики. Таким образом, соединяя качественные и количественные методы, мы получили достаточно полную картину динамики страхов до и после песочной терапии.

Можно сказать, что песочная терапия не только снижает количество страхов самих по себе, но и притупляет их эмоциональное ощущение, переводя их скорее в сферу когнитивной обработки. Благодаря этому дети помнят свои страхи, но в то же время говорят о них не с эмоциональным оттенком, а скорее с рефлексивным, насколько это возможно для детей 6-7 лет.

В результате подсчёта критерия в программе SPSS 19 уровень значимости составил $p = 0.004003$, что меньше, чем критический уровень значимости в 0.05. Мы можем заключить, что количество страхов статистически значимо уменьшилось.

В конечном итоге мы можем заключить, что наша гипотеза подтверждается и с качественной, и с количественной стороны.

В дальнейшем для введения результатов в практику мы предполагаем проведение более длительной серии сеансов психологической коррекции с целью создания более длительного эффекта снижения представленности страхов в актуальной сфере психики.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- [1] Акопян Л.С. Демографическая специфика детских страхов/Л.С. Акопян//Вестник Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова. – 2010. - № 1. – С. 50-55.
- [2] Алиева З.К. Психологическая коррекция страхов у детей дошкольного возраста/З.К. Алиева, А.М. Муталимова// Міжнародний науковий журнал. – 2016. - № 6. Т.3. – С. 84-85.
- [3] Алиева Н.Г.К. Психолого-педагогическая характеристика детей дошкольного возраста/Н.Г.К. Алиева, А.Р. Сафиуллина, О.В. Политаева//Педагогика и психология: актуальные вопросы теории и практики. – 2016. - 1 (6). – С. 214-215.
- [4] Арефьева Т.А. Преодоление страхов у детей / Т.А. Арефьева, Н.И. Галкина. – М.: Психология. 2009. – С. 178 (298 с.)
- [5] Арттерапия — новые горизонты / Под редакцией А. И. Копытина. -М.: «Когито-Центр».2006.-С.89 (336 с.)
- [6] Атрохова Т.В. Взаимосвязь социально-опосредованных страхов и основных характеристик детско-родительских отношений в младшем школьном возрасте/ Т.В. Атрохова, И.Н. Кузьменко//Актуальные проблемы психологии образования: материалы конференции. – Ярославль. 2014. – С. 3-6.
- [7] Бабай Е.С. Песочная терапия как метод предупреждения психоэмоциональной сферы детей дошкольного возраста/Е.С. Бабай//Новая наука: психолого-педагогический подход. – 2017. - № 3. – С. 6-8.
- [8] Башаева Т. В. Познавательные процессы. Сущность, развитие, нарушения, диагностика : учеб.-метод. пособие. В 3 ч. Ч. 2 / Т. В. Башаева, О. В. Филатова. –Владимир : Изд-во ВлГУ, 2016. – С. 25-27 (152 с.)

- [9] Большебратская Э.Э. Песочная терапия/Э.Э. Большебратская. - Петропавловск, 2010 – С. 4-5 (74с.)
- [10] Бросова Т.В. Песочная терапия – один из методов арт-терапии/Т.В. Бросова//Проблемы современной науки и образования. – 2015. - № 3 (33). – С. 89-92.
- [11] Бросова Т.В. Указ. соч. С. 90.
- [12] Вард И. Фобия/И. Вард. – М.: Проспект, 2002. – С. 21 (78с.)
- [13] Веракса А.Н. Символическое опосредствование в познавательной деятельности дошкольников и младших школьников/А.Н. Веракса//Автореферат дисс. д.п.н. – Москва. 2014. – 22 с.
- [14] Выготский Л. С. Собрание сочинений. Т.4. Детская психология /Под ред Д.Б. Эльконина. – М.: Педагогика. 1984. - С. 45. (432 с.).
- [15] Деюшина Н.Ю. Песочная терапия в развитии дошкольников/Н.Ю. Деюшина//Современные тенденции развития науки и технологий. – 2016. - № 11-13. – С. 31-34.
- [16] Деюшина Н.Ю. Указ. соч. С. 33.
- [17] Джонгова М., Терапия чрез игра с пясък/М. Джонгова//Вестник за здравето (София). – 07.09.2004. – С. 4.
- [18] Елтарева К. К. Песочная терапия как средство психолого-педагогической коррекции эмоциональных нарушений у младших школьников /К.К. Елтарева// Молодой ученый. — 2017. — №3. — С. 411-413.
- [19] Ермакова О.Е. Развитие памяти дошкольников как психолого-педагогическая проблема/О.Е. Ермакова, О.А. Фролушкина//Психология и педагогика: актуальные проблемы и тенденции развития: сборник трудов конференции. – Борисоглебск. 2016. – С. 242-245.
- [20] Журавлева И.А. Восприятие дошкольником художественного образа/И.А. Журавлева, М.В. Саликова//Среднее профессиональное образование. – 2013. - № 8. – С. 40-42.

- [21] Захаров А.И. Устранение страхов посредством игры / А.И. Захаров. – СПб: Питер. 2004. –С. 84 (235 с.)
- [22] Захаров А.И. Детские неврозы. / А.И. Захаров. - СПб.: Респекс,2010. - 192 с.
- [23] Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. Серия «Психология ребенка»/А.И. Захаров. — СПб.: Издательство СОЮЗ».2000. — С 5-12 (448 с.)
- [24] Захаров А.И. Указ. соч. 2000. С. 12-20.
- [25] Захаров А.И. Указ. соч. С. 15-30.
- [26] Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. на песке: практикум по песочной терапии/Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Горбенко. - СПб.: Речь, 2010. - С. 12–20.
- [27] Иванова Н.А. Художественно-продуктивная деятельность как одна из форм социально-личностного развития дошкольника/Н.А. Иванова//Школа как платформа для успешной социализации обучающихся на уровне профессионального образования: материалы конференции. – Волгоград. 2017. – С. 21-22.
- [28] Изард К. Психология эмоций / К. Изард. – СПб: Питер.2007. – С. 97 (207 с.)
- [29] Калашникова М. А. Песочная терапия на световом столе как метод коррекции детской тревожности (из опыта работы)/М.А. Калашникова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 46. – С. 155–157
- [30] Карабанова О. А. Возрастная психология. Лекции/О.А. Карабанова. — М.: Изд-во МГУ.2011 – С.89(240 с.)
- [31] Карелина И.О. Дошкольная педагогика: курс лекций: учебно-методическое пособие/И.О. Карелина. – Рыбинск: филиал ЯГПУ, 2012. – С. 17-18 (71с.)

- [32] Качурина О.И. Арт-терапия в педагогике [электронный ресурс]/О.И. Качурина//Педагогическая мастерская. – режим доступа: <http://открытыйурок.рф/статьи/212738/> (дата обращения 25.05.2018)
- [33] Киселева М. В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе/М.В. Киселева. - СПб.: Речь, 2007. – С. 89 (336 с.)
- [34] Колягина В.Г. Психология страхов дошкольников: монография. – М.: Прометей. 2016. – С. 4 (48 с.)
- [35] Колягина В.Г. Указ. соч. С. 14-20.
- [36] Колягина В.Г. Указ. соч. С. 8-10.
- [37] Костромина С.Н. Справочник школьного психолога/С.Н. Костромина. – М.: Астрель.2012. – С 119 (136 с.)
- [38] Кочетова Ю.А. Страхи современных дошкольников и их связь с особенностями детско-родительских отношений/Ю.А. Кочетова//Дисс. к.п.н. – Москва. 2012. – С. 24-30 (408 с.)
- [39] Кочетова Ю.А. Страхи современных дошкольников и их связь с особенностями детско-родительских отношений/Ю.А. Кочетова // Психологическая наука и образование. - 2012. - №3. – С. 77-87.
- [40] Лаптева Ю.А. Психолого-педагогическое сопровождение эмоционального развития ребенка на разных этапах дошкольного детства/Ю.А. Лаптева//Автореферат дисс. к.п.н. – Кемерово. 2017. – С 13 (24 с.)
- [41] Максимова Л. А. Развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста средствами виртуальной образовательной деятельности/Л.А. Максимова// Педагогическое образование в России. – 2013. - № 4. – С. 108-112.
- [42] Манжуг А.Я. Песочная терапия как инновационный метод психологии/А.Я. Манжуг, Г.И. Щадов//Молодежный вестник ИРГТУ. – 2016. - № 4. – С. 24-28.
- [43] Манжуг А.Я. Указ. соч. С. 27.

- [44] Недорезова Н.А. Речевое развитие дошкольников в детском саду/Н.А. Недорезова, Е.В. Губайдуллина//Вестник Гуманитарного института ТГУ. - 2014. - № 1 (15). - С. 23-25.
- [45] Новикова С.А. Средства и методы формирования нравственности и морали у дошкольников/С.А. Новикова//Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2015. - № 3. –С. 139-142.
- [46] Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе /Р.В. Овчарова. – М.: ТЦ «Сфера», 2009. – С. 117-124 (211 с.)
- [47] Основы психологии и педагогики развития дошкольников в системе непрерывного образования: коллективная научная монография / Под ред. М.В. Бывшевой, А.Ю. Нагорновой. – Ульяновск: SIMJET, 2015. – С. 30 (106 с.)
- [48] Павлова А.В. Песочная терапия как средство создания условий для сохранения и укрепления психического здоровья детей дошкольного возраста/ А.В. Павлова//Евразийский союз ученых. – 2016. - № 4-5. – С. 55-56.
- [49] Попов Т. Терапия песочными фигурами – эффективный и многообещающий метод арт-терапии/Т. Попов// Вестник по психологии и педагогике Южной Сибири. – 2013. - № 3. – С. 108-117.
- [50] Психолого-педагогическая диагностика развития детей раннего и дошкольного возраста : метод, пособие: с прил. альбома «Нагляд. материал для обследования детей/Под ред. Е. А. Стребелевой. —2-изд., перераб. и доп. — М. : Просвещение, 2004. — С. 36-38 (164 с.)
- [51] Психолого-педагогическая диагностика развития детей раннего и дошкольного возраста. С. 37.
- [52] Психолого-педагогическая диагностика развития детей раннего и дошкольного возраста. С. 39.
- [53] Семиотика страха. Сборник статей/Н. Букс и Ф. Конт. -Москва: Русский институт: Европа, 2005. – С. 78 (456 с.)

- [54] Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. Том 2/А.С. Спиваковская . -- М.: ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – С 147 (464 с.)
- [55] Стадник Г.А. Развитие познавательной активности дошкольников в семье/Г.А. Стадник//Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2015. - № 8 (52). – С. 426-434.
- [56] Трифонова Е.В. Проблема самодеятельной игры в контексте основных идей А.В. Запорожца/Е.В. Трифонова//Культурно-историческая психология. – 2006. - № 1. – С. 77-83.
- [57] Чибисова М.Ю. «Мой ребенок боится темноты»: семейные факторы витальных страхов у детей / М. Чибисова // Школьный психолог - - 2015. - № 2. - С. 4-8.
- [58] Чиркова С.В. Родительские собрания в детском саду. Средняя группа/С.В. Чиркова. – М.: ВАКО. 2018. – С. 114-114 (256 с.)
- [59] Шанц Е.А. Развитие субъектности дошкольников в трудовой деятельности/Е.А. Шанц//Педагогическое образование в России. – 2016. - № 4. –С. 141-146.
- [60] Шаповаленко И.В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология)/И.В. Шаповаленко. — М.: Гардарики, 2005. — С. 147-151 (349 с.)
- [61] Щербатая М.В. Исторический обзор изучения проблемы классификации детских страхов/М.В. Щербатая, М.В. Фадеева//Психолого-педагогические сопровождение образовательного процесса: материалы конференции. – Симферополь. 2018. – С. 223-229.
- [62] Янковская Ю.И. Диагностика наглядно-образного мышления у дошкольников с нарушениями зрения/Ю.И. Янковская//Право. Экономика. Психология. – 2016. - № 2 (5). – С. 72-76.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

ПРОГРАММА ПО КОРРЕКЦИИ ДЕТСКИХ СТРАХОВ «ВОЛШЕБНАЯ ПЕСОЧНИЦА»

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Цели и задачи реализации Программы «Волшебная песочница»

Современный ребенок является потребителем огромного количества информации, которая обрушивается на него извне. В силу своего возраста ребенок еще не в состоянии правильно систематизировать ее, поэтому часто возникают неблагоприятные последствия: увеличивается количество детей со страхами, тревожностью, эмоциональной нестабильностью. В работе с детьми дошкольного возраста целесообразно использовать песочную терапию, так как ребенок не боится песка, ведь с самого раннего возраста мы отправляем его в большую «педагогическую» песочницу, где происходят первые социальные контакты детей друг с другом. Песок притягивает ребенка, как магнит, своей податливостью, способностью принимать причудливые формы в зависимости от того сухой он или влажный.

Целью программы «Волшебная песочница» является коррекция детских страхов с использованием песочной терапии.

Задачи программы:

- образовательные: обучить принятию решений самостоятельно через игру в песке, обучить способам контроля над эмоциями (тревожностью и страхами);
- воспитательные: воспитывать гармонично развитую личность, успевающего ребенка;
- развивающие: развивать воображение и фантазию, адекватную самооценку, формировать положительное отношение к самому себе, развивать творческую активность ребенка, речевые навыки.

Практическая значимость: Программа предназначена для развития связной речи у детей старшего дошкольного возраста, с тяжелыми нарушениями речи; может использоваться в практической работе логопедами и воспитателями групп компенсирующей и общеразвивающей направленности.

Нормативно-правовая и библиографическая база:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012.

2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. № 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"

3. ФГОС дошкольного образования (от 17.10.2013 № 1155, зарегистрированном в Минюсте 14.11.2013 №30384)

4. Колягина В.Г. Психология страхов дошкольников: монография. – М.: Прометей. 2016. – 48 с.

5. Захаров А.И. Устранение страхов посредством игры / А.И. Захаров. – СПб: Питер. 2004. –235 с.

6. Грабенко Т.М. Чудеса на песке: практикум по песочной терапии/Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко. - СПб.: Речь, 2010. – 69 с.

1.2. Принципы и подходы к формированию Программы «Волшебная песочница»

На основе Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее ФГОС ДО) и методических основ использования песочной терапии Программа отвечает следующим **принципам** дошкольного образования:

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок проявляет активность в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;

- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- принцип создания стимулирующей естественной среды для того, чтобы ребенок почувствовал себя защищенно и комфортно;
- принцип «оживления» абстрактных символов: цифр, фигур, букв и др.;
- принцип «реального проживания», проигрывания разнообразных ситуаций совместно с героями сказочной игры.

1.3. Характеристики, значимые для разработки и реализации Программы «Волшебная песочница»

Программа предназначена для коррекции детских страхов у дошкольников.

Страхи дошкольника являются образованием, которое возникает в результате того, что ребенок начинает объективировать (3-4 года) и особым образом относиться к элементам окружающей среды, которые могут ввергнуть его в «катастрофическое состояние». В дошкольном возрасте имеется множество разновидностей страхов, каждая из которых имеет негативное (или в предупреждающее позитивное) влияние на развитие психоэмоциональной и познавательной сферы ребенка. Страхи присутствуют в период всей жизни ребенка, но качественное их содержание заметно отличается в разные возрастные периоды. В период дошкольного детства основными страхами являются страхи замкнутого пространства, темноты, одиночества, смерти.

1.4. Планируемые результаты освоения Программы «Волшебная песочница»

Целевые ориентиры освоения Программы «Волшебная песочница» детьми дошкольного возраста

Ожидаемые результаты:

- развитие у ребенка адекватной самооценки;
- освобождение дошкольника от негативных переживаний (страхов и фобий), освобождение от внутриличностных конфликтов;
- развитие удовлетворенности собой и своим окружением;
- развитие свободы творческого самопроявления;
- стремление к самовыражению и самопознанию;
- раскрытие внутренних ресурсов дошкольника;
- умение работать с собственными переживаниями (отреагирование, анализ, принятий и др.);
- развитие чувства внутреннего самоконтроля.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Введение в раздел

Содержание программы направлено на реализацию следующих принципов воспитания и обучения детей с детскими страхами.

Содержание программы направлено на реализацию следующих принципов воспитания и обучения детей с детскими страхами:

1. Структурно-системный принцип, согласно которому эмоции рассматриваются в виде системного образования взаимосвязанных элементов, объединенных в единое целое. Эффективность коррекционного процесса зависит от оптимально-рационального воздействия одновременно на всю систему. Принцип внедрен на основе концепции Л. С. Выготского о структуре дефекта.

2. Принцип комплексности - комплекс воздействия на один объект с использованием разных технологий.

3. Принцип дифференциации, согласно которому происходит объединение детей в малые группы.

4. Принцип концентризма - распределение учебного материала по центрам (относительно замкнутым циклам). Игровой материал находится

в пределах одной темы. После усвоения первого концентра дошкольники переходят ко второму и т.д. В данном случае соблюдается педагогический принцип «от легкого к сложному».

5. Принцип коммуникативности.

6. Принцип последовательности.

7. Повтор позволяет каждому ребенку прочно усвоить материал в индивидуальном для него темпе. Для эффективного повторения необходимо сочетание с новым, чтобы процесс повторения носил вариативный характер.

8. Наглядность осуществляется путем эмоционального показа выполнения воспитателем, разными играми.

9. Доступность и индивидуализация предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей детей.

10. Постепенное повышение требований. Переход к новым сложным техникам рисования должен происходить постепенно.

11. Принцип игровой подачи материала опирается на ведущую деятельность дошкольников – игру.

2.2. Основное содержание

Обучающие игры: облегчают процесс обучения ребенка грамоте, счету, письму, чтению и др.

Познавательные игры: формируют у дошкольника знание и понимание «многогранности» окружающего мира, знакомство со сказками, историческими событиями и др.

Коррекционные игры: призваны отражать проекцию внутреннего мира ребенка, переносить вовне его желания, переживания, возможности и умения.

Виды деятельности дошкольника	Интеграция образовательных областей	Цели и задачи	Игровые упражнения
Игровая деятельность	Художественно-эстетическое развитие, речевое развитие, социально-	-учить дошкольников разыгрывать несложные сюжеты по бытовым сказочным ситуациям, сюжетам;	«Заборчики», «Отпечатки», «Следы» «Спрячь зайку» «Страна гор»

	коммуникативное развитие	<ul style="list-style-type: none"> - побуждать ребенка к самостоятельной игре, вызывать положительный эмоциональный отклик; - воспитывать творческую самостоятельность; - развивать игровые умения 	«Спаси принцессу» и др.
Эмоционально-волевое	Социально-коммуникативное развитие, речевое развитие	<ul style="list-style-type: none"> -влиять на эмоциональное проявление самочувствия детей: - снизить уровень нервно – психического напряжения; - способствовать возникновению положительных эмоций; -воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, формировать навыки игрового взаимодействия; -помочь приобрести опыт, посредством обыгрывания игровых ситуаций, самостоятельного разрешения конфликтов; -развивать умение слушать и слышать друг друга 	«Спаси принцессу» «Город дружбы» «Волшебная страна» и др.
Сенсомоторные	Физическое развитие, познавательное развитие	<ul style="list-style-type: none"> -учить детей определять различные свойства предметов; - снимать нервное и мышечное напряжение посредством тактильных ощущений; -совершенствовать координацию рук и глаза; развивать мелкую моторику рук в действии с предметами и др. 	«Отпечатки на песке» «Чудо-печка» «Следы» «Узоры на песке»

Методы и приемы работы с песком:

Методы:

- рассказ (игра-драматизация, составление сюжета);
- беседа (наводящие вопросы педагога-психолога);
- ролевые, символические, коммуникативные игры;
- логоритмические упражнения, пальчиковая гимнастика;
- моделирование ситуации;
- конструирование из дидактического материала.

Приемы:

- «пройтись» ладошками, оставив следы (отпечатки ладошек, сжатых кулачков, ребер ладони для создания узоров – цветов, следы и др.);
- «скольжение» по поверхности (как машина, змейка и др.);
- «пройтись» каждым пальчиком по очереди (рисование цифр, букв и др.)

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Количество занятий – 15, Продолжительность занятия – 25-35 минут, частота занятий – 1 раз в неделю. Форма обучения - групповая.

3.1. Мониторинг результатов освоения Программы

Диагностическое обследование развития коррекции детских страхов проводится два раза в учебном году: в сентябре и в мае.

Методики: Методика выявления детских страхов А.И. Захарова и М.А. Панфиловой «Страхи в домиках», метод стандартизированной беседы.

3.2. Реализация Программы «Волшебная песочница» Программа реализуется через групповые занятия.

Пример занятия:

Занятие № 10 «Город дружбы»

Цель: Коррекция и развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста, имеющих нарушения в межличностном общении, в эмоциональной сфере (детские страхи).

Задачи:

1. Создавать у детей положительный эмоциональный настрой с помощью применения методов песочной терапии, учить их передавать разные эмоциональные состояния в имитационно-образных играх.

2. Стабилизация эмоционального фона дошкольников с помощью песочной техники.

3. Обогащение тактильного опыта дошкольников.

4.Снятие психоэмоционального напряжения посредством использования свойства песка «поглощать негативную энергию».

5. Отражать в речи свои ощущения, свое настроение.

6. Совершенствовать навыки коммуникативного общения, поддерживать интерес детей к сотрудничеству, к позитивному эмоциональному общению.

7. Способствовать развитию воображения и творческих способностей;

9. Вызвать положительные эмоции, связанные с новыми впечатлениями.

Материал:

Песок, стол для песочной анимации, маленькие фигурки людей и домашних животных, деревья, кубики, цветы, искусственные деревья, модели машин и трамвая, палочки, диск с записью спокойной музыки.

Ход занятия:

Под спокойную музыку дети заходят в класс. Встречает педагог – Песочная фея. Педагог приветствует детей: «Здравствуйте, Дети. Я – Песочная фея. В нашей сказочной стране произошла беда. Налетела буря и уничтожила город. Теперь людям и животным негде жить. Давайте с вами построим для них новый Город дружбы, в котором всем будет весело и удобно. Вы мне поможете? *(дети хором отвечают)*. Спасибо, мои дорогие, что согласились помочь жителям! Нам в пути помогут: верность, доброта, смелость и дружба. Но для начала поприветствуем друг друга

Ритуал приветствия: дети берутся за руки вокруг стола и по очереди приветствуют соседа справа, называя его по имени *(Я рад(а) видеть тебя...имя ребенка)*.

Педагог: давайте сначала нарисуем на песке проект нашего города. Где будут дома, где дороги для машин, где пройдет трамвай.

Дети чертят пальчиками и ребрами ладоней дороги и отпечатками ладошки определяют места домов.

Педагог: Какие вы все молодцы! Как вы дружно работаете. А теперь давайте поделимся на группы и будем строить дома и дороги из нашего строительного материала. Представьте, что Вы — Волшебники. Среди песков хотите создать красивый Город дружбы. Сейчас вы постройте дома, дороги. А еще возьмите деревья, камни, цветы, дома — все, что понадобится вам для

создания прекрасного города. Но помните, что вы - Волшебники, а как известно, они не могут ссориться между собой, их задача-быть дружными, помогать друг другу во всем.

Дети самостоятельно разделяются на группы (строят дома, выкладывают бордюры дорог из палочек, «прокладывают» трамвайные пути, «озеленяют» город).

Педагог: Какие вы молодцы. Замечательный город построили. А теперь заселим его жителями.

Дети делятся на две группы:

- первая – «заселяет» дома людьми;
- вторая – дает каждой группе персонажей домашнее животное.

Педагог: Очень хорошо! Я рада, что вы справились таким непростым заданием. А теперь нам нужно отправляться домой. Но прежде всего мне бы очень хотелось, чтобы вы по очереди рассказали, что вам сегодня понравилось, какое было настроение? *(Дети высказываются).*

Педагог: Мне тоже очень понравилось наша совместная работа. Спасибо, что помогли жителям построить новый прекрасный Город дружбы. Он не только красивый и удобный, но и жители живут там теперь добрые и вежливые, они уважают друг друга. На прощание предлагаю вам сделать пирамидку из кулачков и всем вместе произнести «До свидания».

Ритуал прощания: пирамидка из кулачков. Педагог: занятие закончено. Всем спасибо! А теперь выполним последнее правило: после игры с песком - помой руки!

4. ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Ведущим направлением работы по Программе «Волшебная песочница» является коррекция детских страхов. Программа составлена на основе методик по коррекции детских страхов.

Параметры результативности программы:

1. Дети, участвующие в программе, научились работать с собственными переживаниями, освоили способы контроля над эмоциями, многие смогли снизить уровень тревожности и страха;
2. Программа способствовала развитию положительной тенденции в установлении адекватной самооценки ребёнка, стремлению к принятию самостоятельных решений и появлению чувства удовлетворённости собой, в результате проделанной работы.
3. Сформировано стремление к самовыражению и самопознанию, через реализацию творческого потенциала в игре.

5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Арттерапия — новые горизонты / Под редакцией А. И. Копытина. -М.: «Когито-Центр».2006. – 336 с.
2. Бабай Е.С. Песочная терапия как метод предупреждения психоэмоциональной сферы детей дошкольного возраста/Е.С. Бабай//Новая наука: психолого-педагогический подход. – 2017. - № 3. – С. 6-8.
3. Большебратская Э.Э. Песочная терапия/Э.Э. Большебратская. - Петропавловск, 2010 – 74 с.
4. Бросова Т.В. Песочная терапия – один из методов арт-терапии/Т.В. Бросова//Проблемы современной науки и образования. – 2015. - № 3 (33). – С. 89-92.
5. Грабенко Т.М. Чудеса на песке: практикум по песочной терапии/Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко. - СПб.: Речь, 2010. – 69 с.
6. Деюшина Н.Ю. Песочная терапия в развитии дошкольников/Н.Ю. Деюшина//Современные тенденции развития науки и технологий. – 2016. - № 11-13. – С. 31-34.
7. Джонгова М., Терапия чрез игра с пясък/М. Джонгова//Вестник за здравето (София). – 07.09.2004. – С. 4.

8. Захаров А.И. Устранение страхов посредством игры / А.И. Захаров. – СПб: Питер. 2004. –235 с.
9. Калашникова М. А. Песочная терапия на световом столе как метод коррекции детской тревожности (из опыта работы)/М.А. Калашникова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 46. – С. 155–157.
10. Киселева М. В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе/М.В. Киселева. - СПб.: Речь, 2007. – 336 с.
11. Колягина В.Г. Психология страхов дошкольников: монография. – М.: Прометей. 2016. – 48 с.
12. Манжук А.Я. Песочная терапия как инновационный метод психологии/А.Я. Манжук, Г.И. Щадов//Молодежный вестник ИРГТУ. – 2016. - № 4. – С. 24-28.
13. Попов Т. Терапия песочными фигурами – эффективный и многообещающий метод арт-терапии/Т. Попов// Вестник по психологии и педагогике Южной Сибири. – 2013. - № 3. – С. 108-117.