

**Пісочна терапія – методика позитивного впливу на психічний та мовленнєвий розвиток дошкільників**

На сучасному етапі розвитку освіти відбуваються динамічні зміни, пов'язані з оновленням змісту та форм дошкільної освіти, пошуком нових перспективних моделей. Тому, на зміну традиційним приходять інтерактивні методи навчання й виховання, що дозволяють вирішити комплекс завдань і проблем, що стоять перед педагогами.

На сьогоднішній день існує безліч нетрадиційних методик. Але ефективність їх нововведень залежить від знання методики, систематичності та раціональності її використання.

Пісочна терапія – одна із нетрадиційних методик, яка використовується у роботі з дітьми, що мають труднощі в спілкуванні (ЗНМ), або взагалі не можуть розмовляти, дітьми з порушенням психічного розвитку (ЗПР), та дітьми, які перенесли психологічні травми. Їм важко усвідомити свої переживання, озвучити і висловити їх. Ігри з піском дають можливість таким дітям символічно працювати зі своїми внутрішніми конфліктами, шляхом перенесення різних переживань в образи.

Пісочна терапія спирається на природний прояв думок, почуттів, настроїв дитини, прийняття її такою, якою вона є. У такий спосіб задовольняються потреби практично кожної дитини в найбільш природних, комплексних способах гармонізації її внутрішнього світу.

Особливе значення для розробки психолого-педагогічних технологій пісочної терапії у навчально-виховному просторі має концепція засновника пісочної терапії К.Юнга про структуру і динаміку особистості та про

індивідуальне і колективне підсвідоме. За К.Юнгом, пісок – це символ життя у Всесвіті, а піщинки – це люди та інші живі істоти у цьому Світі. Пісок, вода та блакитний колір є прадавніми елементами природного оточення людини, з яких, на думку давніх філософів, складався світ. Теоретичним фундаментом пісочної терапії може вважатися розроблена К.Юнгом техніка активної уяви, яка несе в собі величезний потенціал індивідуального та колективного підсвідомого [6]. Психіці людини, вважав видатний учений, властиве прагнення до цілісності та самоцілення.

Вперше пісочницю у ігровій психотерапії запровадила у 1929 році англійський дитячий психотерапевт М. Ловенфельд у Лондонському Інституті Дитячої Психології (методика «Техніка побудови Світу»). Дослідниця вважала цілющим тактильний контакт дитини з піском та водою. В ігри включалися різні предмети та іграшки. Діти самі додавали воду у пісок та будували там свій Світ.

Інший представник юнгіанської школи швейцарський аналітик Д.Калф, яка за порадою самого К. Юнга у 1956 році особисто вивчала у М.Ловенфельд її методику, намагалась дослідити інший аспект у пісочній терапії, а саме: питання створення для своїх клієнтів «вільного, захищеного простору», де, граючись з піском вони відчували б себе вільно. Вперше її книга на німецькій та англійській мові «Пісочна терапія» виходить у світ у 1966 та 1971 роках.

Американський психотерапевт Л.Штейнхард у своїх дослідженнях об'єднала психотерапію з арт-терапією. Спеціальна художня освіта Л.Штейнхард допомогла вченій подивитися на побудований дитиною власний Світ у пісочниці очима художника, своєрідного перекладача художніх образів на мову психології дитячої душі. Тому Л.Штейнхард у першу чергу цікавить тріада: дитина – психотерапевт – художній образ [4].

Саму пісочницю дослідники називають «ландшафтом дитячої душі» (Т.Зінкевич-Євстигнеєва), «мостом, який можна побудувати між підсвідомим та свідомим, між раціональним та емоціональним, між духовним та фізичним, між вербальним та невербальним» (Н. Сакович).

Російські науковці Т. Зінкевич-Євстигнеєва та Т. Грабенко розробили й успішно апробували систему пісочних ігор, спрямованих на навчання, розвиток та корекцію особистості дітей дошкільного віку [1]. Ними успішно розроблені теоретико-методичні засади пісочної терапії у психолого-педагогічній діяльності. Вченими визначені загальні та додаткові принципи взаємодії педагога з дитиною; конкретизовані основні психолого-педагогічні вимоги до пісочниці та її обладнання; розроблений казкотерапевтичний підхід до організації роботи дитини у пісочниці у чотирьох аспектах: проєктивна діагностика, психокорекція та психотерапія, психопрофілактика та власне навчання; розроблені навчально-корекційні ігри на розвиток тактильно-кінестетичної чутливості та дрібної моторики рук, пізнавальні ігри та ігри на розвиток фонематичного слуху та корекцію звукоутворення, а також методика

навчання читанню та письму "Пісочна грамота" для дітей з особливими потребами [1].

Окремі розробки психотерапевтичних та психолого-педагогічних методик роботи у пісочній терапії проводились Н.Сакович та Г.Ель [3; 5]. Так, Н.Сакович визнає цінність пісочної терапії для педагогічного процесу у надзвичайній емоційно-позитивній реакції дитини на роботу із природними матеріалами: «заняття, які проводяться у пісочниці, дозволяють зробити процес виховання та навчання природнім й таким, що приносить радість відкриття та задоволення дітям та дорослим» [3]. Запроваджений у науковий обіг термін «педагогічна пісочниця» (Н.Сакович, Н.Кузуб, Е.Осіпчук).

Кожний педагог намагається зробити життя дитини в дошкільному закладі повноцінним, що буде можливим лише тоді, коли буде забезпечено високий рівень розвитку її особистісного потенціалу.

У пісочній терапії світ дитинства відкриває свої двері, і ці ж двері ведуть в несвідомі і приховані в ньому таємниці.

Метою даної терапії є не змінювати і переробляти дитину, не вчити її певним навичкам поведінки, а дати можливість їй залишатися самою собою.

Застосування пісочної терапії найбільш ефективний метод для роботи з дітьми дошкільного віку, а саме дітей із мовленнєвими, інтелектуальними, афективними та поведінковими порушеннями, як невербальний вид терапії, з метою дати відчуття безпеки знаходження у середовищі.

Дітям досить важко виражати власні переживання через недостатній розвиток вербального апарату, бідність уявлень або затримку розвитку, тому запропонована технологія є вельми корисною. Невербальна експресія з використанням різноманітних предметів, піску, води, а також конструктивних та пластичних матеріалів для дошкільнят найбільш природна, що стає особливо значущим за наявності у дитини певних мовних порушень. Кожна вибрана фігурка уособлює персонаж, який може взаємодіяти з іншими героями. Дитина сама придумує, про що вони говорять або що роблять; іноді вона може запросити педагога приєднатися до гри і виступати від імені будь-якого персонажа. У всіх цих випадках дитина відчуває себе господарем та режисером власного маленького світу, що розміщується у пісочниці. Створення пісочних композицій, на відміну від малюнка, не потребує будь-яких особливих умінь. Тут неможливо помилитися, зробити щось не так. Те, що раніше таїлося в глибині дитячої душі, виходить на світло; персонажі гри приходять в рух, виражаючи найбільш актуальні для дитини відчуття і думки.

Гра на піску з фігурками особливо плідна в роботі з тими дітьми, які не можуть виразити власні переживання. Діти із заниженою самооцінкою, підвищеною тривожністю та соромливістю зазвичай охоче вибирають фігурки та переключають на них свою увагу. Діти з нестійкою увагою вельми експресивні; гра дає їм багаті кінестетичні відчуття. Агресивні діти легко вибирають персонажі, що символізують «агресора» та його «жертву».

Успішним може бути застосування цього методу з дітьми, що переживають стрес в результаті втрати близьких або розлуки.

Заняття з піском поліпшують емоційний стан дітей: гіперактивних пісок урівноважує, скутих – розслабляє, тривожних – заспокоює, агресивних – втихомирює. Завдяки іграм з піском діти стають добрими, чуйними, уважними. В них формується почуття товариськості, культура людського спілкування.

Під час занять та після них усі діти задоволені й виходять із бажанням зустрітися знову. І це, мабуть, найголовніше, що дають дітям ігри з піском.

Отже, пісочна терапія – це унікальна можливість досліджувати внутрішній світ дитини за допомогою безлічі мініатюрних фігурок, підноса з піском, невеликої кількості води – і відчуття свободи та безпеки самовираження, що виникає в спілкуванні з педагогом. Це можливість висловити те, до чого важко підібрати слова, зіштовхнутися із тим, до чого важко звернутися безпосередньо, побачити в собі те, що зазвичай йде від свідомого сприйняття.

Пісочна гра – це органічний для дитини спосіб висловити свої переживання, досліджувати світ, вибудовувати відносини, і спосіб звичний, добре знайомий. Малюк грає в те, що у нього «болить». Відіграючи свої емоції, дитина кожного разу себе лікує. Батьки повинні бути поряд, підтримувати її в процесі «самолікування» і робити для себе висновки про те, що турбує їх сина або доньку в даний момент. Дуже важливо звернути увагу, чи буде зіграна сценка агресивною або, навпаки, ласкавою.

Ігри з піском є ефективним методом впливу на психічний та мовленнєвий розвиток дошкільників, збагачення їхнього словника, розвитку творчого потенціалу. А їх застосування у навчально-виховному середовищі сприяє оздоровленню підростаючого покоління, збереженню та зміцненню як фізичного, так і психічного здоров'я кожної дитини.

### **Список використаних джерел**

1. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по креативной терапии. – СПб.: Издательство «Речь»; «ТЦ Сфера», 2001. – 400 с.
2. Кэри Л. Семейная песочная терапия // Шефер Ч., Кэри Л. Игровая семейная психотерапия. – СПб.: Питер, 2000. – 384 с.
3. Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. – СПб.: Речь, 2006. – 176 с.
4. Штейнхардт Л. Юнгианская песочная психотерапия. – СПб.: Питер, 2001. – 320 с.
5. Эль Г.Н. Человек, играющий в песок. Динамичная песочная терапия. – СПб.: Речь, 2007. – 208 с.
6. Юнг К.Г. Вспоминания, сновидения, размышления / Перевод с нем. Булкиной И. – К.: AirLand, 1994. – 405 с.