

МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОЙ ПОЛИТИКИ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ
«ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ СЕМЬЕ И ДЕТЯМ
«ЭДЕЛЬВЕЙС»

ул. Воронова, 33, помещ.89, г. Красноярск, 660112, тел /факс: 200-35-74
E-mail: mu015@list.ru, ОГРН 1042402654040,
ИНН/ КПП 2465085025/ 246501001

Программа социальной адаптации детей дошкольного возраста средствами
песочной терапии в детско-родительских группах
«ПРИКОСНОВЕНИЕ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор Краевого государственного
бюджетного учреждения социального
обслуживания «Центр социальной помощи
семье и детям «Эдельвейс»



А. В. Селезнев

Красноярск 2021

Аннотация. Данная программа является авторской и направлена на социальную адаптацию детей дошкольного возраста средствами песочной терапии. Уникальность данной программы состоит в обязательном участии близкого взрослого каждого ребенка. Посредством песочной терапии решаются актуальные задачи дошкольного возраста. Родители (близкие взрослые) начинают видеть ресурсы своих детей через символические образы. В программе представлены разнообразные виды взаимодействия с песком: рисование на световом столе, игра в классической песочнице, с цветным кварцевым песком и цветным кинетическим песком, что позволяет влиять на эмоциональное состояние ребенка через различные сенсорные уровни восприятия.

Введение.

В наш центр КГБУ СО «Центр семьи «Эдельвейс» часто поступают запросы к психологу с проблемами социальной дезадаптации детей дошкольного возраста. В этом возрасте дети впервые поступают в дошкольные учреждения, сталкиваются с трудностями установления контакта со сверстниками и взрослыми, не входящие в их близкий круг общения. Изменяется место ребенка в системе отношений, появляется потребность активно включаться во взрослую жизнь, быть самостоятельным. В этот период дети начинают испытывать дефицит общения и совместной деятельности с родителями. Подобная ситуация провоцирует проявление бессознательного протеста, вызывает у дошкольника непослушание, негативизм, капризность, учащаются жалобы родителей на невнимательность, импульсивность, непоседливость детей, актуализируются страхи. Таким образом, в процессе развития происходят изменения в эмоциональной сфере ребенка. Способность сознавать и контролировать свои эмоции возрастает (А.Адлер, А.И.Захаров, А.Е. Личко, В.В.Столин и др.). Дошкольный возраст является сенситивным периодом для развития эмоциональной и коммуникативной сфер.

Для решения задач по коррекции и развитию эмоционально-личностной сферы дошкольника, а также по гармонизации детско-родительских отношений хорошо зарекомендовала себя **песочная психотерапия**. Песочная терапия – это игра с песком и миниатюрными фигурками. В процессе работы с ними ребенок или взрослый входит в контакт со своим внутренним миром и может выразить имеющуюся проблему, конфликт в символической или метафорической форме. Благодаря своей неструктурированности песок является идеальным материалом, который может воплотить любые образы и замыслы. Свойства песка позволяют ребенку справиться со своим внутренним напряжением и, в целом, гармонизировать его эмоциональную сферу. Взрослый получает уникальную возможность увидеть мир глазами ребенка и научиться взаимодействовать с этим миром.

На базе нашего учреждения организованы группы для детей дошкольного возраста, основной формой работы является **игровая песочная терапия с включением родителей в совместное взаимодействие**, которая обеспечивает эмоционально-личностное развитие детей, приобретение коммуникативных навыков и укрепление гармоничных детско-родительских отношений.

Содержательная часть программы.

Цель программы: социальная адаптация детей дошкольного возраста посредством песочной терапии.

Задачи:

1. Оптимизация детско-родительских отношений
2. Повышение родительской компетентности в понимании внутренних переживаний и потребностей ребенка
3. Совершенствование умений и навыков практического общения
4. Развитие эмоционально-личностной сферы ребенка
5. Развитие процессов саморегуляции
6. Развитие мелкой и крупной моторики, накопление сенсорного опыта ребенка

7. Снижение психоэмоционального напряжения

Целевая группа: семьи с детьми дошкольного возраста (4-6 лет), имеющие трудности в социальной адаптации. Все семьи, участвующие в реализации программы признаны нуждающимися в получении социальных услуг.

Этапы реализации программы.

Программа реализуется в три этапа:

1. Организационный этап. Разработка и утверждение плана занятий, подготовка материально-технической базы, формирование групп, диагностические мероприятия.

2. Практический этап. Осуществление деятельности по реализации занятий программы.

3. Аналитический этап. Подведение итогов реализации программы, оценка ее эффективности, обобщение опыта работы, оценка родителями качества программы.

Методы мониторинга.

Для оценки результативности программы используются следующие методики:

1. Проективный рисуночный тест «Рисунок семьи животных» (Л. Корман)

2. Тест тревожности (Р.Тэмпл, М.Дорки, В.Амен.)

3. Графическая методика «Кактус» (Панфилова М. А.)

4. Опросник для исследования эмоциональной стороны детско-родительского взаимодействия (Захарова Е. И.)

5. Оценка социально-коммуникативного развития ребенка методом наблюдения.

Формы и методы работы.

Программа рассчитана на 3 месяца и включает 12 занятий. Занятия проходят 1 раз в неделю. Длительность занятий 40 минут.

Программа включает в себя индивидуальный подход для развития и коррекции личностных сфер ребенка (эмоциональная, поведенческая), групповая работа для коррекции коммуникативной сферы детей, в паре «ребенок-родитель» для оптимизации детско-родительских взаимоотношений.

Данная система занятий сочетает в себе несколько методов воздействия:

- *песочная терапия* – способствует самовыражению, дает средства для разрешения конфликтов и передачи чувств;
- *сказкотерапия* – сказки в увлекательной форме и доступными словами показывают детям окружающий мир, поступки и судьбы людей, выбирают критерии нравственных ценностей, помогают ребенку ощутить себя творцом и создателем;
- *игротерапия* – является частью целого комплекса различных воздействий на ребенка, способствующие осуществить коррекцию поведения ребенка и обучить его социально приемлемым способам эмоциональной разрядки
- *музыкотерапия* – используется для коррекции психоэмоциональной сферы ребенка.

Песочная терапия предполагает взаимодействие с различными видами песка: речной песок, кварцевый песок для рисования на песочном столе, цветной кварцевый песок, цветной кинетический песок. Такое разнообразие видов песка способствует проработке различных актуальных проблем ребенка.

Структура организации занятий.

- возрастной состав – 4 – 6 лет

- количественный состав – не более 5 детско-родительской пары

Каждое занятие начинается и заканчивается ритуальными упражнениями, позволяют создать положительный эмоциональный фон, помогают настроиться на совместную работу. Данные упражнения

повторяются на протяжении всего цикла занятий для создания безопасного ощущения пространства.

1. Ритуал приветствия. Выполняет функцию установления эмоционально-позитивного контакта психолога с ребенком и формирует у ребенка направленность на сверстников.

2. Ритуал «входа» в Песочную страну (релаксация). Снятие психомоторного напряжения, создание атмосферы волшебства, сказки.

3. Вводная часть – различные игровые упражнения и манипуляции с песком, позволяющие почувствовать родителю и ребенку структуру материала, настроиться на игровую ситуацию.

А) Разминка. Проводятся упражнения на развитие мелкой моторики, подготовки руки к рисованию, взаимодействию с песком.

Б) Мотивационные игры в детско-родительской паре. Помогают детям настроиться на работу, повышают их уровень познавательной активности, способствуют укреплению отношений в паре «родитель-ребенок».

В) Упражнения на световом столе. Для активизации зон мозга, способствующие развитию пространственного восприятия, внимания, памяти, элиминации импульсивности, формированию графомоторных навыков.

4. Основная часть. Работа с песком по заданной теме в детско-родительской паре – речным, кинетическим, цветным кварцевым. Обязательное музыкальное сопровождение и подвижное игровое упражнение или психогимнастика. В этой части занятия используется дополнительное игровое оборудование, с помощью которых строятся игры и упражнения, соответствующих тематике.

В эту часть включены:

- Сюжетно-ролевые игры. Снимают барьер в общении у детей, развивают коммуникативные навыки, умение действовать в соответствии с ролью в играх.

- Сказка на песке. Погружение детей в сказку предполагает определенную последовательность обсуждения и обыгрывания событий:

1-й этап: введение в игровую среду;

2-й этап: знакомство с игрой и героями;

3-й этап: возникновение конфликта, трудностей;

4-й этап: выбор помощи;

5-й этап: борьба и победа;

6-й этап: утверждение победы;

7-й этап: выведение из игрового пространства и перспектива дальнейших приключений.

5. Завершающая часть. В этой части также содержатся ритуальные упражнения, позволяющие завершить игровой и эмоциональный процесс работы.

Результаты эффективности работы по данной программе оцениваются методом анализа «входной» и итоговой диагностики, а также с помощью методов наблюдения, консультирования и бесед с родителями.

Критерии эффективности реализации программы:

1. Улучшение общего эмоционального состояния ребенка
2. Улучшение взаимоотношений с родителями и сверстниками
3. Развитие воображения, творческого потенциала
4. Снижение уровня тревожности, уровня агрессивности, негативных эмоций, переживаний
5. Развитие самооценки и уверенности в себе
6. Повышение адаптивных функций

Список литературы:

1. Бережная Н. Ф. Песочная терапия в коррекции эмоциональной сферы детей раннего и младшего дошкольного возраста // Дошкольная педагогика, 2006г., №4.
2. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей / Пер. с англ. В.В. Старовойтова -2-е изд. - М.: Академический проект, 2006г. – 240 с.
3. Венгер А. Л. Психологические рисуночные тесты: иллюстрированное руководство / А. Л. Венгер. – М. : Изд-во ВЛАДОС-Пресс, 2005. – 159 с. : ил. – (Психология для всех).
4. Галой Н. Ю. Игровые сеансы с детьми раннего возраста и детско-родительскими парами. Комплексы игровых упражнений и действий / Н. Ю. Галой. – Волгоград : Учитель, 2015. – 88 с.
5. Епанчинцева О. Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста
6. Зейц М. Пишем и рисуем на песке. Настольная песочница: [адаптированный перевод с англ.] – М.: ИНТ, 2010 – 94с.: ил.
7. Зинкевич-Евстигнеева Т. Играс с песком. Практикум по песочной терапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб.: Речь, 2015. – 256 с.
8. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т. М. Грабенко. – СПб.: Речь, 2010.
9. Кузуб Н. В., Осипук Э. И. В гостях у песочной Феи. – СПб.: Речь, 2011г.
10. Ларечина Е. В. Развитие эмоциональных отношений матери и ребенка. СПб.: Речь, 2004. – 160 с.
11. Лисина М. И. Формирование личности ребенка в общении. СПб.: Питер, 2009. – 410 с.
12. Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. — СПб.: Речь, 2006.
13. Федосеева М. А. Занятия по развитию эмоциональной и познавательной сферы средствами песочной терапии для детей 3-7 лет.

ФГОС ДО: практика реализации. Психолого-педагогическое сопровождение дошкольников. – Учитель, 2016. – 123 с.

14. Шапина С. А., Гаврилова А. С. Пальчиковые упражнения для развития речи и мышления ребенка. М.: ООО Группа компаний «РИПОЛ классик», ООО Издательство «ДОМ. XXI век», 2008. –249 с.

Интернет-источники:

1. Опросник эмоциональных отношений в семье Е. И. Захаровой. <http://lifesocio.com/psihologiya-semi/oprosnik-emotsionalnyih-otnosheniy-seme-24601.html>

2. Тест тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен. Методика "Выбери нужное лицо". Проективная диагностика детей. <https://psycabi.net/testy/645-test-trevozhnosti-r-temml-m-dorki-v-amen-metodika-vyber-nuzhnoe-litso-proektivnaya-diagnostika-detej>

3. Графическая методика «Кактус». <http://www.child-psy.ru/tests/318.html>

Примерное тематическое планирование

№п /п	Тема занятия	Краткое содержание занятия	Всего часов
1	«Жители песочной страны»	<ul style="list-style-type: none"> - Мотивационная игра с родителями «Три дождя» - Упражнение на световом столе «Веточки, палочки, заборчики: горизонтальные и вертикальные линии» - Психогимнастика «Животные» - Игра с цветным кварцевым песком «Найди жителя песочной страны» -Игра в классической песочнице «Домики для песочных жителей» - Игра «Дорожки дружбы» 	40 мин
2	«Песочная кулинария»	<ul style="list-style-type: none"> - Мотивационная игра с родителями «Три дождя» - Упражнение на световом столе «Геометрические фигуры» - Психогимнастика «Рожицы» - Игра с цветным кварцевым песком «Найди жителя песочной страны» - Игра с цветным кинетическим песком «Вкусные угощения» 	40 мин
3	«Морское приключение»	<ul style="list-style-type: none"> - Мотивационная игра с родителями «Три дождя» - Упражнение на световом столе «Волнистые линии» - Подвижная игра «Море волнуется раз...» - Сказка на песке «Путешествие золотой рыбки» (с цветным кинетическим песком) 	40 мин
4	«Принцесса и дракон»	<ul style="list-style-type: none"> - Мотивационная игра с родителями «Горы» - Упражнение на световом столе «Зигзаги и молнии» - Психогимнастика «Дождь в лесу» - Сказка на песке «Принцесса и дракон» (классическая песочница) 	40 мин
5	«Путешествие улитки»	<ul style="list-style-type: none"> - Мотивационная игра с родителями «Горы» - Упражнение на световом столе 	40 мин

		<p>«Спирали»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Психогимнастика «Ласковый ветерок» - Сказка на световом столе «Путешествие улитки» - Упражнение с цветным песком «Радуга» 	
6	«Заколдованная планета»	<ul style="list-style-type: none"> - Мотивационная игра с родителями «Горы» - Упражнение на световом столе «Песочный ветер» - Подвижная игра «Минута шалости» - Сказка «Заколдованный город» (классическая песочница) 	40 мин
7	«Таинственный остров»	<ul style="list-style-type: none"> - Мотивационная игра с родителями «Необыкновенные следы» - Упражнение на световом столе «Узоры на песке» - Подвижная игра «Лопнули» - Игра с цветным кинетическим песком «Лабиринт» и «Поиск сокровищ» 	40 мин
8	«Воробей, который любил драться»	<ul style="list-style-type: none"> - Мотивационная игра с родителями «Необыкновенные следы» - Упражнение на световом столе «Узоры на песке» - Сказка про воробья - Упражнение на световом столе «Мои друзья» - Подвижная игра «Упрямая подушка» - Игра с цветным песком «Половинки» 	40 мин
9	«Страна букв и цифр»	<ul style="list-style-type: none"> - Мотивационная игра с родителями «Необыкновенные следы» - Упражнение на световом столе «Песочный ветер» - Психогимнастика «Веревка и камень» - Игра с кинетическим песком «В стране разноцветных букв и цифр» 	40 мин

10	«Пчелка в темноте»	<ul style="list-style-type: none"> - Мотивационная игра с родителями «Отпечатки» - Сказка о маленькой пчелке - Упражнение на световом столе «Я боюсь...» - Подвижная игра «Маленькое приведение» - Игра с кинетическим песком «Цветочки для пчелки» 	40 мин
11	«Сказочная страна»	<ul style="list-style-type: none"> - Мотивационная игра с родителями «Трафареты» - Подвижная игра «Ожерелье» - Игра в классической песочнице «Пуговичное озеро» - Игра в классической песочнице «Маленькая сказочная страна» 	40 мин
12	«Волшебный сон»	<ul style="list-style-type: none"> - Мотивационная игра с родителями «Песочный круг» - Психогимнастика «Танец звездочек» - Упражнение с цветным песком «Веселые кляксы» 	40 мин