

Консультация для родителей

«Использование песочной терапии в работе с гиперактивными детьми»

Воспитатель: Бзегежева Н.К.



«Гипер...» - (от греч. Hyper-сверху) - составная часть сложных слов, указывающая на превышение нормы. Слово «активный» пришло в русский язык из латинского «ativus» и означает «действенный, деятельный». Основные проявления гиперактивности можно разделить на три блока: дефицит активного внимания, двигательная расторможенность, импульсивность.

Дети, которые имеют нарушения внимания и двигательную расторможенность, всегда были в центре внимания родителей, педагогов и исследователей потому, что они - необычные дети, сложные для организации эффективного педагогического общения с ними. В настоящее время возникла необходимость комплексного подхода к решению данной проблемы, так как максимальная выраженность проявлений синдрома совпадает с критическими периодами становления центральной нервной системы у детей: 3 и 6-7 лет. Чтобы работа с данной категорией детей была более эффективной, я в своей практике использую современные технологии: арт-терапию, технологию музыкального воздействия, технологию коррекции поведения, технологию воздействия цветом, песочную терапию.

Песочная терапия - один из методов психотерапии, возникший в рамках аналитической психологии. Это способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, воплощение его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития. Песочная терапия дает возможность прикоснуться к глубинному, подлинному «Я».

Что дает работа с песком?

Снятие внутреннего напряжения, возможность самовыражения, развитие тактильной чувствительности, совершенствуется предметно-игровая

деятельность, что в дальнейшем способствует развитию сюжетно-ролевой игры и коммуникативных навыков ребенка. Песок, как и вода, способен «заземлять» отрицательную энергию, что особенно актуально в работе с гиперактивными детьми.

Необходимые условия для работы с детьми:

согласие и желание ребенка; отсутствие аллергии на пыль от сухого песка; творческий подход к проведению занятий.

Предметно-развивающая среда:

водонепроницаемый деревянный ящик высотой не менее 10 сантиметров, дно и бока которого должны быть голубого или синего цвета, так как дно символизирует воду, а борта - небо; песок желтого или светло-коричневого цвета, сертифицированный; набор игрового материала.

Этапы работы с песком:

- разогревающие игры;
- игры на поверхности песка;
- игры и упражнения с погружением рук в сухой песок;
- игры и упражнения с погружением рук в мокрый песок.

Поэтапное погружение детей в работу с песком:

1. Упражнение «Здравствуй шишка».

Цель: снижение психофизического напряжения.

Оборудование: шишки среднего размера.

Детям предлагается отгадать загадку: «Я на елке расту, белкам я сойду в еду» и поздороваться с шишками. Для этого нужно зажать шишку между ладоней и по часовой стрелке делать круговые движения.

2. Упражнение «Нарисуй эмоцию».

Цель: развитие тактильной чувствительности, расслабление, активизация интереса к эмоциям человека.

Оборудование: песок, лотки с зеркальным дном, карточки эмоций.

Детям показывают пиктограмму с эмоциями и предлагают подойти к лотку и, посмотрев в зеркало, изобразить по очереди разные эмоции и нарисовать их на песке в том же лотке.

3. Игра-упражнение «Песочные прятки».

Цель: развитие тактильной чувствительности, зрительного восприятия.

Оборудование: лоток с песком, ламинированные картинки сказочных перс-жей.

Педагог: « В песке любят прятаться сказки и сказочные герои. Давай сыграем с ними в песочные прятки. Закрывай глаза и скажи волшебные слова: «Раз, два, три, сказка приходи» (Взрослый закапывает в песок картинку из хорошо знакомой ребенку сказки). А теперь представь, что твои руки - это маленькие кроты, которые решили найти под землей что -то необычное, сказочное.

Аккуратно запускаем крота и достаем одну из находок, другие дети должны угадать из какой это сказки».

4. Упражнение «Победитель злости».

Цель: развитие умения у ребенка безболезненно для его самолюбия справляться

с чувством гнева, не испытывая страха перед наказанием за деструктивное поведение.

Педагог: «Сегодня мы поговорим о настроении. Какое оно бывает у тебя? Что случается с тобой, когда ты сердишься, злишься? Что говорят и делают взрослые, когда ты сердишься? (Ответы детей). Твое злое настроение заставляет тебя говорить и делать разные вещи, от которых сердятся и огорчаются взрослые. А после того, как злость ушла, тебе бывает грустно или неприятно. Открою тебе секрет, каждый большой и маленький человек имеет право злиться, но нужно уметь побеждать злость». Детям предлагается нарисовать злого волшебника; вылепить из мокрого песка шар, на котором углублениями обозначить глаза, нос, рот; прогнать злого волшебника - разрушить песочный шар со словами: «Прогоняем злость, приглашаем радость»; медленно выровнять поверхность песка руками, положить ладошки на песок и почувствовать победу над злостью.

Песочная терапия помогает развитию коммуникативных навыков, снятию агрессии и повышению самооценки. Песочная терапия также помогает взрослому человеку, вовлеченному в совместную деятельность с ребенком, снижается уровень депрессии, снимается стрессовое состояние, обретается душевное равновесие и спокойствие.

