Н.А.Колесникова

**ПРЕОДОЛЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО - ЛИЧНОСТНЫХ НАРУШЕНИЙ У ДОШКОЛЬНИКОВ МЕТОДОМ РИСОВАНИЯ НА ПЕСКЕ.**

Утверждение и введение в действие ФГТ к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 23.11.09 №655) предполагают обеспечить каждому ребенку равные стартовые возможности для успешного обучения к школе. И акцент делается не на приобретении суммы определенных знаний, умений и навыков, а на интегративных качествах, которыми ребенок должен овладеть в результате освоения программы. Портрет выпускника ДОУ предполагает, что это будет активный, любознательный ребенок, овладевший средствами общения и способами взаимодействия с взрослыми и сверстниками, способный управлять своим поведением, решать интеллектуальные и личностные проблемы. То есть для успешного обучения в школе ребенок должен быть физически и психически здоровым.

Психическое развитие ребенка определяется его эмоциональным благополучием. Однако среди типичных детских эмоций нередко существенное место занимают не только положительные, но и отрицательные эмоции, негативно влияющие как на общий психологический настрой ребенка, так и на эффективность его деятельности. Отрицательные эмоции и чувства являются причиной возникновения неврозов и различных эмоционально- личностных расстройств у дошкольников. Нередкими стали обращения родителей по поводу эмоциональных комплексов у детей. Речь идет о тех эмоциональных нарушениях, которые свойственны обычным детям, чье развитие происходит в рамках нормы: страхах, признаках агрессии, повышении уровня тревожности. Подтверждением наличия таковых является проведенная диагностика этих детей. В качестве конкретных методов выступили: графические методики «Кактус», «Красивый рисунок», тест тревожности Р.Тэммла и М.Дорки, опросник Г.П.Лаврентьева и Т.М.Титаренко, метод наблюдения и анкетирования. Так, например, по результатам анкетирования родителей младшей группы ,62% родителей заявили о возможной тяжелой форме адаптации детей к условиям ДОУ. Проанализировав результаты обследования можно отметить, что дети переживают тревожность, вызванную стрессовыми ситуациями ( укладывание спать, точное выполнение требований взрослых, агрессия со стороны других детей, наказание родителей). Кроме того, тревожность носит и личностный характер, когда ребенок стабильно сталкивается с расхождением между своими реальными возможностями и высоким уровнем достижений, которого ждут от него взрослые. Отмечу также, что во время исследования почти все тревожные дети медлительны, молчаливы. Не смотря на то, что они понимают инструкцию и задание, на вопросы им ответить трудно. Часто они молчат в ответ или говорят, что не знают ответа.

В качестве коррекции в эмоционально- личностном развитии таких дошкольников нами был выбран метод песочного рисования.

Песок- это универсальная всевозрастная игровая среда. Играть с ним некоторые дети начинают уже с полугода. Не перестает он манить своими возможностями и уже достаточно солидных по возрасту людей. Принцип «терапии песком» был предложен еще Карлом Гюставом Юнгом, замечательным психотерапевтом. Быть может, естественная потребность человека возиться с песком, и сама его структура подсказала великому Юнгу эту идею. «Фантазия — мать всех возможностей, где подобно всем противоположностям внутренний и внешний миры соединяются вместе» (Карл Густав Юнг). Разработанная Юнгом техника активного воображения может рассматриваться как теоретический фундамент песочной терапии. Песочницу Юнг определял как детский аспект коллективного бессознательного, возможность придать травматическому опыту видимую форму. Многие психологи видят в отдельных крупинках символическое отражение автономности человека, а в песочной массе воплощение жизни во вселенной. Песок обладает свойством пропускать воду. В связи с этим можно утверждать, что он поглощает негативную психическую энергию и стабилизирует эмоциональное состояние человека.

Рисование песком – новый вид изобразительной деятельности дошкольников. Он доступен практически каждому ребенку и не требует специальной подготовки. Ведь рисовать любят все дети, а таким необычным способом особенно. А для педагогов и психолога это еще один способ понять чувства ребенка. Полезность метода рисования песком в преодолении эмоционально- личностных нарушений в том, что:

1. Он предоставляет возможность для выражения агрессивных чувств в социально приемлемой манере и является безопасным способом разрядки напряжения. Ребенок, рисуя то, что его интересует и волнует, получает уникальную возможность выплеснуть свои переживания и не хранить их в себе. Прорисовывая их, ребенок как бы «изживает» вызванный ими страх и тревогу.   
2.Рисование песком ускоряет прогресс в коррекции, т.к. бессознательные конфликты и внутренние переживания легче выражаются с помощью зрительных образов, чем в разговоре во время вербальной коррекции;  
3.Песочное рисование дает основания для интерпретаций и диагностической работы в процессе занятий с детьми (как эмоциональной сферы, так и познавательной);  
4.Данный вид творчества позволяет работать с мыслями и чувствами, которые кажутся непреодолимыми. Иногда невербальное средство оказывается единственным инструментом, вскрывающим и проясняющим интенсивные чувства и убеждения. Песок позволяет маленькому художнику преодолеть чувство страха отойдя от предметного представления и изображения традиционными материалами, дает свободу и вселяет уверенность в своих силах.

5. Рисунок песком эфемерен, сиюминутен и не дает сознательному мотиву измениться, не провоцирует сдвига мотива на цель, т.е. не переносит ценность с процесса на результат, ведь в данном случае рисунок не является целью, цель заключается в самом процессе творчества.

6.Рисуя на песке, ребенок не боится, что у него что-то не получится, ведь всегда есть возможность исправить то, что не получилось. В этом методе отсутствует эффект боязни «белого листа», когда он не решается начать свою деятельность.

7.Рисование песком развивает мелкую моторику пальцев рук. Песок состоит из мельчайших частичек и при работе с ним активизируются чувствительные точки на кончиках пальцев и нервные окончания на ладонях. Рисовать можно также двумя руками одновременно, что способствует развитию межполушарных связей. А указательный пальчик слушается маленького художника лучше любого карандаша или кисточки.

8.Песок и работа с ним учит терпению и усидчивости, ведь работа с таким материалом требует времени. А если рисунок коллективный, то и умения общаться, сотрудничать, планировать свои действия и согласовывать их с другими детьми.

9.Достоинство метода рисования песком заключается не только в том, что оно позволяет максимально выразить себя, но и в том, что оно требует согласованного участия многих психических функций: мышления, воображения, внимания, моторной координации.

Суммируя все преимущества метода рисования песком, а также изучив терапевтические и развивающие достоинства такого вида творчества, мы решили целесообразным ввести этот метод в работу с детьми, имеющими эмоционально- личностные проблемы в развитии. Была разработана программа интегрированных развивающе-коррекционных занятий, целью которых является профилактика и коррекция психоэмоционального состояния детей.

Основные задачи программы:

1.Снизить импульсивность, тревожность, агрессивность и уменьшить эмоциональное и мышечное напряжение.

2.Совершенствовать коммуникативные навыки и развивать межличностное доверие между детьми и взрослыми.

3.Развивать познавательные процессы и эмоциональный опыт детей.

4. Развивать творческие способности, воображение, познавательный интерес.

Все занятия проводятся в форме сказки и игры. Во время занятий используется музыкальное сопровождение, просмотр мультфильмов, слайдов, которые подобраны с учетом тематики занятия. Численность детей по результатам диагностики составила 6 человек. Возраст детей 5-6 лет. Длительность занятия 25-30 минут. Каждое занятие состоит из нескольких частей.

Часть первая. Вводная. Основная цель - настроить группу на совместную работу, создать положительный эмоциональный фон. Сюда входят ритуалы приветствия, пальчиковые игры, игры на развитие внимания.

Часть вторая. Основная или рабочая. На нее приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. Сюда входит прослушивание или просмотр сказок, историй, слайдов, игры для снятия эмоционального напряжения, динамические упражнения, игры перевоплощения и этюды, психогимнастические упражнения. Занятие строится на синтезе восприятия и воображения. Детям предлагается «шагнуть» в глубь изображения, к звенящему ручью или на лесную полянку, представить себя бабочками, вдыхающими аромат цветов; гусеницами, пробирающимися сквозь траву; птицами, порхающими в небе. На занятии важно создать ситуацию успешности каждому ребенку. Такой подход помогает детям свободно выражать свои мысли и чувства, осознать себя и свое место в окружающем мире. После того как дети наполнятся впечатлениями, погрузятся в мир сказки, можно приступать к рисованию.

Часть третья. Рисование песком. Основная цель- разрядка психического напряжения и выплеск детских переживаний. В основном дети сами выбирают способ, которым они будут воплощать свои идеи на песке: руками, пальчиками, кулачками, ладошками. Техника рисования зависит от темы занятия. Дети могут рисовать ладошками или пальцами, а могут работать двумя руками как бульдозер( например сказка «Лягушка и Экскаватор» Э. Рауд). Хорошее расслабление дает песок, пропускаемый сквозь пальцы. Эта техника подходит для создания фона или основы рисунка. Можно использовать дополнительные предметы для рисования: воронки, сито, мячики. Игры с ситом действуют подобно песочным часам и очень успокаивают (например в сказке «Золушка» Ш.Перро). Если же толкать по насыпанному песку резиновый мячик- ежик, то получается нечто похожее на паутину ( сказка «Муха- цокотуха» К.И. Чуковского). Дети любят экспериментировать и додумывать сюжет, видя в загадочных узорах следы необычных животных или поверхность необычной загадочной планеты. А вот нарисованный пирог с различной начинкой - это придуманный новый счастливый конец для сказки «Колобок», предполагающий, что звери не станут есть главного героя сказки. Иногда дети просто рисуют различные дорожки, лабиринты, узоры, мандалы (круг с обозначенным центром), способствующие концентрации внимания и релаксации.

Четвертая часть занятия - завершающая. Ее основная цель – закрепление положительных эмоций от работы на занятии и подведение итогов.

Опыт работы с рисованием песком у нас еще небольшой. Но на данном этапе прослеживается положительная динамика в эмоционально- личностном развитии детей и ослабление психофизических недостатков:

1.У детей появился интерес к занятиям. Они стали более раскрепощенными, активными, внимательными.

2.Появилось умение управлять своими эмоциями, свободно выражать свои чувства.

3.Дети научились преодолевать робость, неуверенность, страх перед тем, что не получается. Они стали немного успешнее, чем раньше.

4.У малышей более легко проходит адаптационный период, напряжение и стресс минимизируются.

Литература:

М.Зейц «Пишем и рисуем на песке. Настольная песочница»,.М.ИНТ, 2010.

Т.Д.Зинкевич- Евстегнеева «Практикум по песочной терапии», СПб «Речь»,2006.

Л.Д.Постоева, Г.А.Лукина «Интегрированные коррекционно- развивающие занятия для детей 4-6 лет», «Книголюб», 2006.

Н.М.Погосова «Погружение в сказку», «Речь». 2006.