

детей». В таких играх детям особенно нравятся появления физической силы и стихийность. Кроме того, они формируют быструю реакцию на возможную опасность, умение принимать верное решение в сложных ситуациях; снимает нервное напряжение, заряжают положительными эмоциями.

Замечено, что уже в первые месяцы жизни ребёнка отец (в отличие от матери!) играет по-разному с мальчиком и девочкой, тем самым начинает формировать их половую самоидентичность. Трёх-четырёхлетние дети с большим желанием общаются с родителем противоположного пола подобно тому, как мальчики обожают мать, девочки нежно любят отцов, особенно если похожи внешне. Такой эмоциональный опыт гетерополюх отношений найдёт своё дальнейшее развитие в будущем [2].

Отец является для ребёнка важной ролевой моделью. Именно в общении с ним, подражая ему, мальчик учится быть мужчиной, приобретает типично мужские черты. Каждый отец должен осознать это и всегда помнить, что с самого раннего возраста ребёнок будет подражать ему во всем, в самых незначительных мелочах: в мимике, жестах, речи и прежде всего в отношении к матери! Отношение отца к матери в значительной мере определяет характер отношения мальчиков к девочкам. Очень часто мальчики, лишённые отцовского внимания, недостаточно зрелые, несамостоятельные дети. Они плохо адаптируются в коллективе, трусливы, коварны, злобны, агрессивны. У них наблюдается бессмысленное стремление к разрушительству. Влияние отца делает ребёнка дисциплинированным, открытым, честным, обязательным. Кроме того, без положительного влияния отца мальчик повзрослев, не сможет передать своему сыну адекватный опыт полоролевого поведения. У девочки на примере взаимоотношений отца и матери формируется представление о том, что такое семья. Она узнает, как мужчины относятся к женщинам, невольно учится понимать природу мужчины. Проблемы, трения, конфликты во взаимоотношениях родителей будут способствовать возникновению проблем в будущем браке ребёнка, в воспитании собственных детей.

Любовь даёт девочке уверенность в своей женской привлекательности и обаянии. Каждый раз, подчёркивая, что его «дочь умница и красавица» отец формирует уверенность в себе. Недостаточная же эмоциональная отзывчивость отцов порождает у девочек беспокойство, неустойчивость настроения и капризность как средство привлечения внимания.

**Вывод.** В наши дни многие уверенные в себе женщины хотят «родить ребёнка для себя», они убеждены в том, что смогут обеспечить его всем сами. О значении роли отца в воспитании ребёнка можно судить уже по тому факту, что смертность детей, лишённых отца, т. е. рождённых вне брака в два раза выше. При поддержке отца женщина может передать своим детям чувство уверенности в гораздо большей степени, чем женщина, вынужденная воспитывать ребёнка одна. Разумеется, это справедливо только в том случае, когда методы воспитания обоих родителей совпадают, они поступают по отношению к ребёнку согласованно, предъявляют ему одинаковые требования, окружают его постоянной заботой, любовью и вниманием [3].

Участие отца в воспитании детей наравне с матерью оказывает непосредственное влияние на формирование личностных качеств ребёнка, от которых во многом зависит его будущее благополучие. Отец в семье — это образец, пример, эталон мужественности для сына и дочери. Сын в дальнейшем будет стремиться быть похожим на отца, так как отец для него — ежедневный пример, для дочери — образ мужчины, который она будет искать в будущем супруге.

#### Список цитируемых источников

1. Авдеева, Н. А. Роль матери и отца в развитии ребёнка в раннем возрасте / Н. А. Авдеева // Дошк. воспитание. — 2005. — № 5. — С. 110—115.
2. Баркан, А. И. Практическая психология для родителей, или Как научиться понимать своего ребёнка / А. И. Баркан. — М. : АСТ-Пресс, 2000.
3. Хризман, Т. П. Мальчики и девочки — два разных мира : книга / Т. П. Хризман, В. Д. Еремеева. — М. : ЛИНКА-ПРЕСС, 1998. — 184 с.

УДК 37.036:373

Ю. А. Богуслав

Государственное учреждение образования «Ясли-сад № 23 г. Лиды», г. Лиды

### ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО СНИЖЕНИЯ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Введение.** В современной педагогике и психологии в настоящее время активно применяется песочная терапия, так как песок — это природный материал, обладающий собственной энергетикой, имеющий множество преимуществ перед другими материалами, такими как глина и пластилин.

Игры с песком — одна из форм естественной деятельности и активности ребенка, именно поэтому можно использовать данный вид коррекционного воздействия в развивающих и обучающих занятиях. Как показывает практика, метод песочной терапии наиболее эффективно используется при коррекции эмоциональной сферы, так как проблема развития эмоций у дошкольников весьма актуальна. Именно эмоциональное развитие и воспитание являются фундаментом, на котором закладывается и реконструируется здание личности ребёнка. Современные дети менее отзывчивы к чувствам окружающих, они не всегда способны осознавать и контролировать свои эмоциональные состояния. Однако центральная психическая функция дошкольников — эмоциональная. С одной

стороны, им необходимы яркие эмоциональные впечатления, а с другой — игры и упражнения, которые способствуют в обучении управлять эмоциями, исправлять их и осознавать. Поэтому формирование и коррекцию недостатков эмоционально-волевой сферы ребёнка необходимо рассматривать в качестве одной из наиболее важных и приоритетных задач его воспитания и развития.

**Основная часть.** Перенос традиционных педагогических знаний в песочницу даёт большой воспитательный и образовательный эффект, нежели стандартные формы обучения. Во-первых, при взаимодействии с песком существенно усиливается желание ребёнка узнавать что-то новое, экспериментировать и работать самостоятельно. Во-вторых, в песочнице активно развивается тактильная чувствительность как основа «ручного интеллекта», соприкасаясь пальцами с песком, нервные окончания посылают сигналы в мозг и начинают стимулировать его работу. В третьих — в играх с песком более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции дошкольников. В четвёртых — песок как и вода способен «заземлять» отрицательную энергию, что особенно актуально в работе с детьми имеющими нарушения в эмоционально-волевой сфере. Все вышеизложенные факторы, в совокупности привели к формированию идеи внедрения в свою работу метода песочной терапии. Хотелось бы отметить, что игра с песком доставляет несомненное удовольствие не только детям, но и самому взрослому. Ведь особое свойство текучести песка — успокаивать и расслаблять. А если добавить к тому возможность изменения фона, внедрение элементов, изменение текстуры поверхности, то получится огромное поле для творчества и не только.

Использование песочной терапии в снижении показателя тревожности у старших дошкольников — это вполне логичный выбор данного инструмента в работе с детьми, имеющими нарушения в эмоционально-личностной сфере. Можно использовать два вида песочниц.

Первый вид песочницы не имеет как такового названия, это простой пластиковый контейнер наполненный кинетическим или «космическим» песком. Особенность такого песка заключается в удобстве использования, он пластичен и в то же время сыпуч, из него очень удобно лепить и строить. Такую песочницу можно использовать и с иным наполнителем (рис, гречка, манка, мелкие пуговицы и камушки для аквариума).

Второй вид песочницы самый интересный и многофункциональный — это световой стол. Данный метод представляет собой рисование песком на поверхности стола со световой подсветкой. Рекомендуется обязательно использовать цветовую подсветку, либо, при её отсутствии, разноцветный песок. Применяя цветной песок одновременно в процесс коррекции, внедряется и метод цветотерапии, который не имеет противопоказаний, благотворно воздействует на душевное и эмоциональное состояние, которое, в свою очередь, во многом определяет психологическое здоровье и благополучие детей.

В процессе работы с песком по снижению уровня тревожности у детей старшего дошкольного возраста приоритетными задачами необходимо выделять следующие: знакомство детей с особенностями игры в песочнице; создание благоприятного климата для дальнейшей успешной работы; обучение ребёнка справляться с трудностями, чтобы чувствовать себя более успешным; обучение способам саморегуляции, умению отреагировать состояние тревожности и как следствие — научить снижать это ощущение.

При работе с песком, наиболее эффективен индивидуальный вид работы с дошкольниками или работа с микро группой по 2-3 человека. При системе работы с детьми, имеющими признаки повышенной тревожности, рекомендуются правила совместного рисования песком: 1) ребёнку необходимо лишь предлагать варианты игр и заданий, но не заставлять его следовать строгой программе; 2) структура занятия должна быть адаптирована под интересы самого дошкольника; 3) создавать пространство для детского самовыражения, а не устанавливать жёсткие рамки и правила; 4) ценить инициативу и мнение ребёнка, но не молчаливое согласие с педагогом; 5) стимулировать развитие творческой ситуации вопросами, но не готовыми ответами; 6) поддерживать воспитанника в поиске своих собственных нестандартных решений на поставленную задачу; 7) ценить природную мудрость ребёнка и его уникальность, но не учить его «быть таким как все».

Основному этапу работы предшествует предварительный диагностический, где можно использовать ориентировочную диагностику (например, методика «Кактус» М. А. Панфиловой) и основную диагностику (например, «Тест тревожности в картинках» Р. Тэмпл, А. Дорки, В. Амен). Данные методики позволят получить наиболее достоверную картину о состоянии ребёнка, о характерной для него тревожности в типичных жизненных ситуациях. В дальнейшей системе работы, возможно изменение самих песочниц и инструментов работы с ними, где ребёнок получает возможность самостоятельного выбора.

Основные этапы организации игрового процесса с песком: демонстрация песочницы (знакомство ребёнка с песком); демонстрация коллекции имеющихся фигурок, наличие которых необходимо для полноценной игры; знакомство с правилами игр на песке; формулировка темы занятия, инструкции к играм, основное содержание занятия; завершение занятия, ритуал выхода.

При совместной игре в песочнице педагог обязан следовать профессиональной и общечеловеческой этике. Это правило является одновременно и обязательным условием для любого рода профессиональной помощи детям. Педагог не может в присутствии ребёнка без спроса изымать фигурки из песочницы, перестраивать картину или высказывать оценочные суждения. Внутренний мир ребёнка чрезвычайно хрупок и только строгое соблюдение этического кодекса и высокий профессионализм специалиста могут защитить его от психологической травмы.

**Заключение.** Работа с песком — это погружение в сказку, мир фантазий, причудливых образов и извилистых линий. Создание картины песком — увлекательный процесс, который затрагивает все сферы чувств, пробуждает творчество, расслабляет и вдохновляет одновременно. Использование песочной терапии позволяет построить партнерские и доверительные отношения между педагогом и ребёнком.