*Консультация для родителей*

*«Песочная терапия»*

**Успенская Э.А.**

*Воспитатель гр. «Непоседы»*

*«****Песочная терапия****»*

Для маленького ребенка характерно находиться в *«плену эмоций»*, потому что он не может управлять ими. Его чувства быстро возникают и так же быстро исчезают. Начиная развивать эмоциональную сферу в детстве, мы поможем ребенку научиться преодолевать барьеры в общении, лучше понимать себя и других, создадим возможность для самовыражения. Что в свою очередь поможет ребенку адаптироваться к непростым условиям жизни в современном обществе.

Дети не всегда способны осознать и контролировать свои эмоции, а это приводит к импульсивности поведения. Столкнувшись с этой проблемой в своей практике, у меня, как у педагога возникли вопросы, связанные с развитием эмоциональной сферы ребёнка, его творческих способностей, с поиском новых эффективных методов и приемов, способствующих улучшению психического здоровья дошкольников.

Использование **терапевтического средства**, как кинетический **песок** способствует коррекции ассоциального поведения у дошкольников, снятию симптомов тревожности, гиперреактивности, замкнутости, формированию умения выражать чувства, повышению самооценки и формированию уверенности в себе. Кинетический **песок**развивает мелкую моторику рук, благоприятно влияет на тактильные ощущения, а также успокаивает и расслабляет мышцы рук. Правильно подобранные игры и упражнения с песком способствуют снятию психоэмоционального напряжения, а также развитию межполушарного взаимодействия.

**Песочная терапия полезна**, если у ребенка:

• плохой сон, ночные кошмары;

• плохо развита мелкая моторика;

• истерики, непослушание, капризы;

• логоневроз (заикание, задержки развития речи, а также другие речевые проблемы;

• застенчивость, неуверенность в себе;

• агрессия, тревожность;

• нет взаимопонимания с **родителями**;

• расстройства невротического **характера**;

• недержание мочи или кала *(энурез, энкопрез)*;

• психосоматические заболевания;

• страх перед школой, садиком;

• частая плаксивость *(без повода)*;

• ребенок пережил сильный стресс.

Игра с песком выступает в качестве вспомогательного средства, позволяющего стимулировать ребенка, развить его сенсомоторные навыки, снизить эмоциональное напряжение и т. д. Строя из песка замки, создавая **песочные постройки**, ребенок развивает, тактильные ощущения, раскрепощается, самовыражается.

Кинетический **песок** – сказочный материал для работы с ребенком.

Кинетический **песок** состоит на 98% из кварцевого песка и на 2% из современных полимерных материалов, что обеспечивает необходимую для лепки пластичность и вязкость. При этом **песок** легко меняет форму и рассыпается на мелкие частички, которые продолжают двигаться даже после окончания воздействия. Этот уникальный материал обладает бактериостатическими и гипоаллергенными свойствами, поэтому подходит всем без исключения. Сам принцип **терапии** песком был предложен еще К. Г. Юнгом, замечательным **психотерапевтом**, основателем аналитической **психотерапии**. **Песок** обладает свойством пропускать воду. В связи с этим специалисты утверждают, что он поглощает негативную психическую энергию, взаимодействие с ним очищает энергетику человека, стабилизирует эмоциональное состояние.

Санитарно - гигиенические характеристики:

- Кинетический **песок**, несмотря на наличие силиконового связующего, не липнет к рукам и одежде;

- Силиконовая составляющая песка не высыхает со временем, поэтому он постоянно остается *«влажным на ощупь»*;

- Просыпанный на пол **песок** не разлетается на отдельные частицы, а сохраняется в виде компактной массы, которую легко собрать и использовать повторно;

- Кинетическим песком практически невозможно засорить глаза;

- Продукт не боится воды и в случае смачивания после просушки сохраняет прежние свойства.

- Не требует специальных условий хранения.

Чему научится ребенок, играя с кинетическим песком?

- Развитие мелкой моторики рук ребенка *(при различных действиях с предметами, фигурками, песком)*.

- Дети способны придумывать удивительные сценарий игр, создать на песке интересные сооружение. Все это, является отличным стимулом для развития воображения и фантазии.

- Проговаривая диалог любимого героя, общаясь с друзьями по игре, задействован важный познавательный процесс – речь.

- Создавая сюжет и воплощая его в реальность, дети дошкольного и школьного возраста, учатся целенаправленно действовать, добиваться результата.

- Взаимодействуя с коллегами по игре, происходит развитие коммуникативных навыков, которые пригодятся во взрослой жизни.

- Проживая волнующие ситуации, проблемы, страхи, ребенок освобождается от негативных эмоций, переживаний.

- Шумные дети значительно успокоятся, а тихие, неразговорчивые активизируют свои силы и покажут все свои таланты.

Холодными зимними днями, когда нельзя гулять мы с детьми проводим разные игры и развлечения. В этих мероприятиях мы используем игры с песком.

- Строительство сооружений и создание образов. При помощи форм и инструментов из набора дети возводят архитектурные постройки из песка или пробует себя в качестве скульптора.

- Игра *«Необыкновенные следы»*. Ребенок ладошками и кулачками надавливает на **песок**, кончиками пальцев ударяет по его поверхности, перемещает кисти рук в разных направлениях, делает поверхность волнистой, двигает всеми пальцами одновременно – цель, имитация следов животных, пресмыкающихся, птиц и насекомых.

- Игра *«Найди отличие»*. Ребенок рисует на поверхности песка любую несложную картинку, затем показывает её другим детям, а сам в это время отворачивается. Другой ребенок дорисовывает некоторые детали и показывает полученное изображение первому ребенку. Малыш должен заметить, что изменилось в картинке.

Взрослый человек должен быть человеком, очень корректно стимулирующим игру. Проявлять доброжелательность, принимать ребенка таким, какой он есть, не навязывая ребёнку своих форм поведения. Его задача - знакомить малыша с материалом, вовремя задавать уточняющие вопросы и помогать в ситуации, когда у ребёнка возникают трудности или паузы в игре, подключая новых персонажей, игрушки, включая музыку. Новые стимулы могут оживить в ребёнке новые желания, чувства, иначе развить сказочную линию и пустить игру в новое русло. Когда ребёнок освоится, то сам решит каким образом продолжить взаимодействие с песком и окружающим его миром. Ребёнок может работать, молча, не обращая особого внимания на взрослого или только смотреть на игру взрослого. Это не должно смущать, так как ребёнок имеет полное право вести себя так, как считает нужным.