

The background is a vibrant orange sand art scene. On the left, a sun with rays is depicted. On the right, a sailboat with a single triangular sail is shown. In the center, a small seashell is visible. The bottom of the image features a blue wavy pattern representing water.


ПЕСОЧНАЯ АРТ-ТЕРАПИЯ

**Врач-ординатор кафедры психиатрии ЮУГМУ
Котлованова Олеся Владимировна**

Одним из методов психотерапии является песочная терапия. Она представляет собой невербальную форму психокоррекции, где основной упор делается на творческом самовыражении.



Образы проявляются в ~~Вариантом психотерапии~~ песочная арт-терапия, которая объединила в себе песочную терапию с рисованием: акцент ставится на изобразительном творчестве с помощью песка на специальном световом столике.



**ПЕСОК ДЛЯ
ПЕСОЧНОЙ
АРТ-
ТЕРАПИИ**



**СТОЛИК ДЛЯ ПЕСОЧНОЙ
АРТ-ТЕРАПИИ**

**Занятия базируются на
комбинированных
психотерапевтических
реабилитационных, коррекционных
и образовательных программах
госочной арт-терапии с
игровым и развлекательным
элементами к занятиям.**



В курсы занятий включены упражнения из таких психотерапевтических направлений как:

- **песочная терапия,**
- **арт-терапия,**
- **гештальт-терапия,**
- **символдрама,**
- **игровая терапия,**
- **поведенческая терапия,**
- **аутотренинг,**
- **музыкотерапия.**



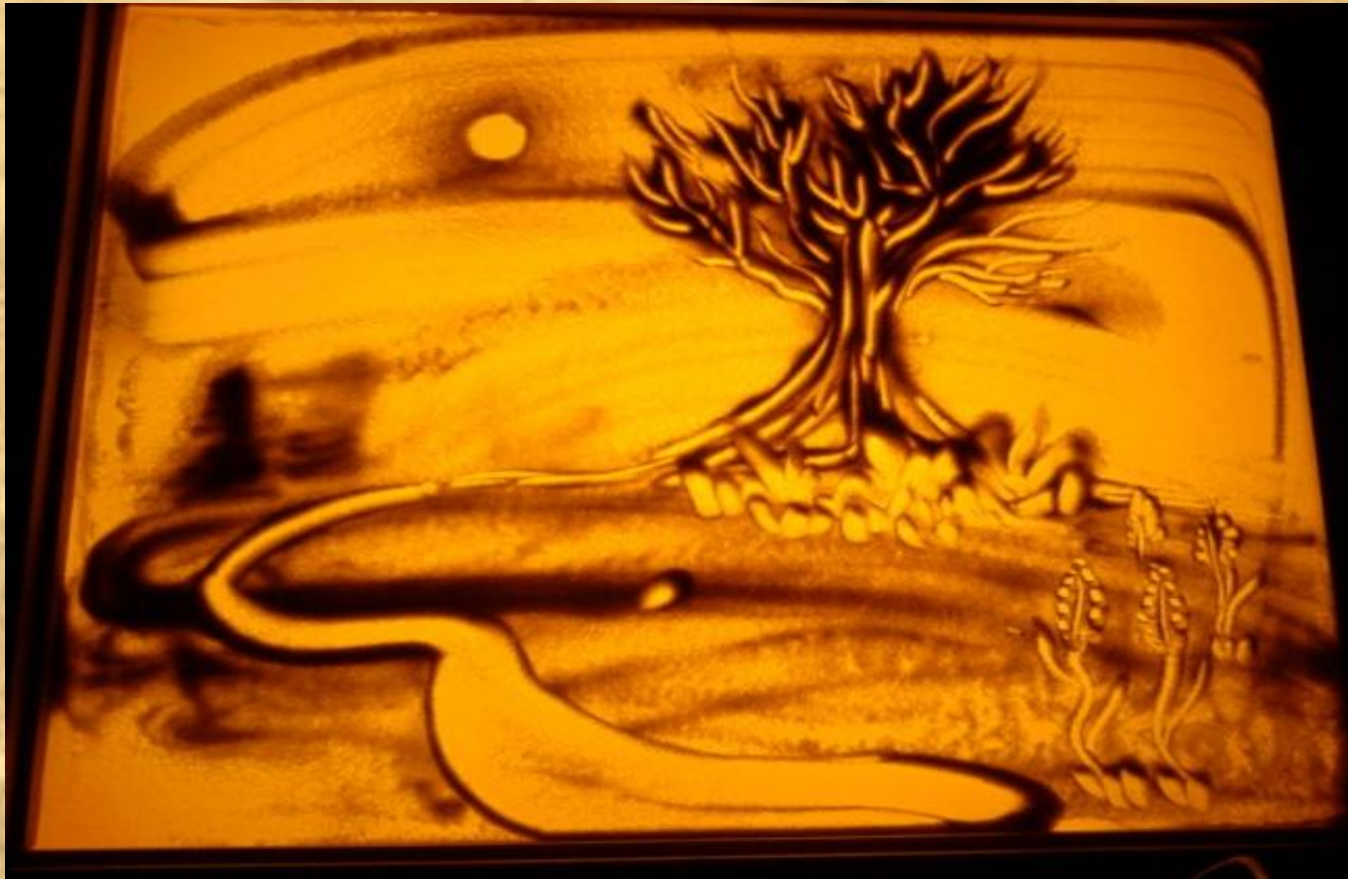
Негативные эмоции, конфликты и страхи выражаются в песочных картинках в символическом виде, негативные тенденции ослабевают, «уходят» в песок.

Песочная арт-терапия используется для коррекции поведения как метод снятия напряжения, тревоги, раздражительности, приступов гнева.



**Тактильные ощущения мягкого мелкого
песка способствуют возникновению
эмоционального расслабления и комфорта,
оказывают благотворное воздействие на
душевное состояние.**





Привычная обстановка, создание безопасного пространства дают ощущение удобства, побуждают к действию и помогают преодолеть



ЭСТЕТИЧЕСКАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ПЕСОЧНОЙ АНИМАЦИИ

Нетронутая поверхность песка побуждает к свободному и нестандартному творчеству, позволяет подключать воображение, пространственное восприятие.



РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ

Самостоятельное изображение узоров и элементов великолепно тренирует мелкую моторику кистей рук, развивает тактильную чувствительность пальцев (вводятся упражнения рисования разными пальчиками и разными руками в том числе одновременно). Специальный безопасный песок – идеальный материал для развития у ребёнка щипкового захвата. Дети методом высыпания могут создавать узоры на столике, однако, часто любят просто поиграть с песком, погрузить ладони.



УЛУЧШЕНИЕ АДАПТАЦИИ

Песок помогает лучше понять свои чувства и чувства других людей, получить необходимые навыки общения.

Игровые упражнения в группах способствуют социальной адаптации.

Групповые или индивидуальные занятия для детей со следующими расстройствами:

- Аутистические расстройства
- Расстройства поведения и эмоций
- Расстройства развития речи
- Лёгкая умственная отсталость
- Расстройство развития моторной функции
- Тревожные расстройства и синдром страха
- Синдром дефицита внимания с гиперактивностью
- Моторные неврологические проблемы (ДЦП)

Цели терапии

Лечебные:

- развить речь путём тренировки мелкой моторики;
- нормализовать эмоциональный фон;
- снизить агрессивность;
- скорректировать гиперактивность.

Воспитательные:

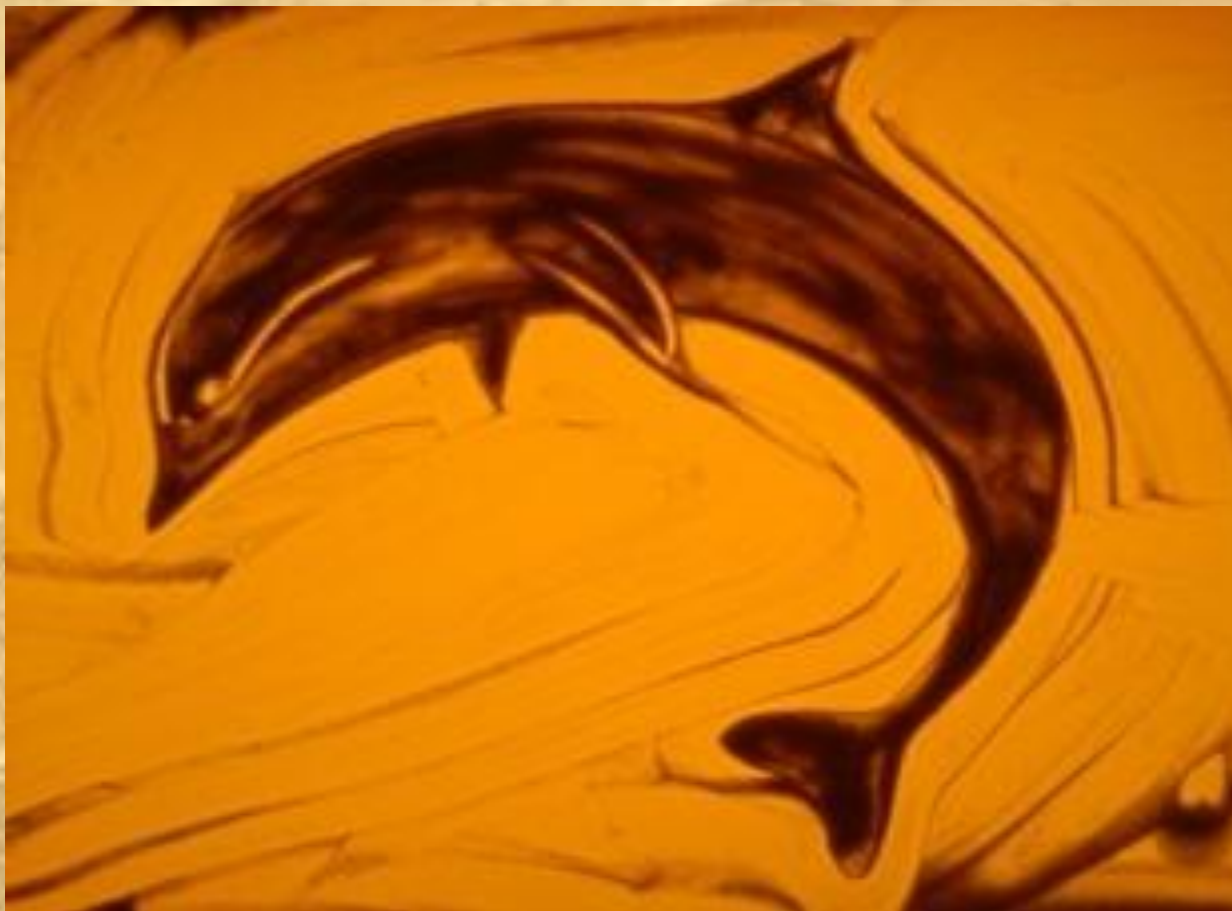
- развить и закрепить навыки социального общения через участие в коллективном творчестве;
- сформировать доброжелательное отношение к окружающим;
- выработать усидчивость, собранность, самоорганизацию, аккуратность, любознательности, внимательности.

Эстетические:

- развить пространственное воображение, образно-логическое мышление.

Песочная арт-терапия ЭТО:

- Психологическая разгрузка
- Избавление от тревоги и страхов
- Улучшение социальной адаптации
- Развитие речи и мелкой моторики
- Стабилизация эмоционального фона
- Раскрытие творческих возможностей
- Развитие тактильной чувствительности
- Современный вид досуга и реабилитации
- Раскрытие интереса к творческой деятельности
- Новый подход к обучению художественным навыкам
- Побуждение к свободному и нестандартному творчеству
- Ослабление недостатков психофизического развития детей



Цель исследования:
оценить использование песочной арт-терапии у детей с аутизмом.

В Челябинской области песочная арт-терапия проводится на базе областного центра диагностики и консультирования для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи.

К занятиям были привлечены 8 детей от 7 до 14 лет (6 мальчиков и 2 девочки), имеющие расстройства аутистического спектра (F84.0 по МКБ-10)



- Занятия проходили в группах по пять детей, что служило дополнительным фактором улучшения социального взаимодействия и развития коммуникативных функций ребенка.
- Использовались элементы игры, обучающие анимационные видеоролики, классическая музыка.
- Песочная арт-терапия предполагала долгосрочное, систематическое психотерапевтическое воздействие, поэтому занятия были еженедельные, продолжительностью 40 минут.



Подготовка и уборка своего рабочего места на занятиях песочной арт-терапией – процесс, в который вовлекаются все дети.

Ребенок должен быть обучен самостоятельно обслуживать себя в окружающей ситуации.

В этом выражается его будущая

В обучении игровой деятельности на занятиях песочной арт-терапией учитывается разновозрастный и разноуровневый состав детей в группе.

Наиважнейшей остается задача оживления побуждений, формирование волевой, произвольной регуляции поведения, развития межличностных взаимоотношений.

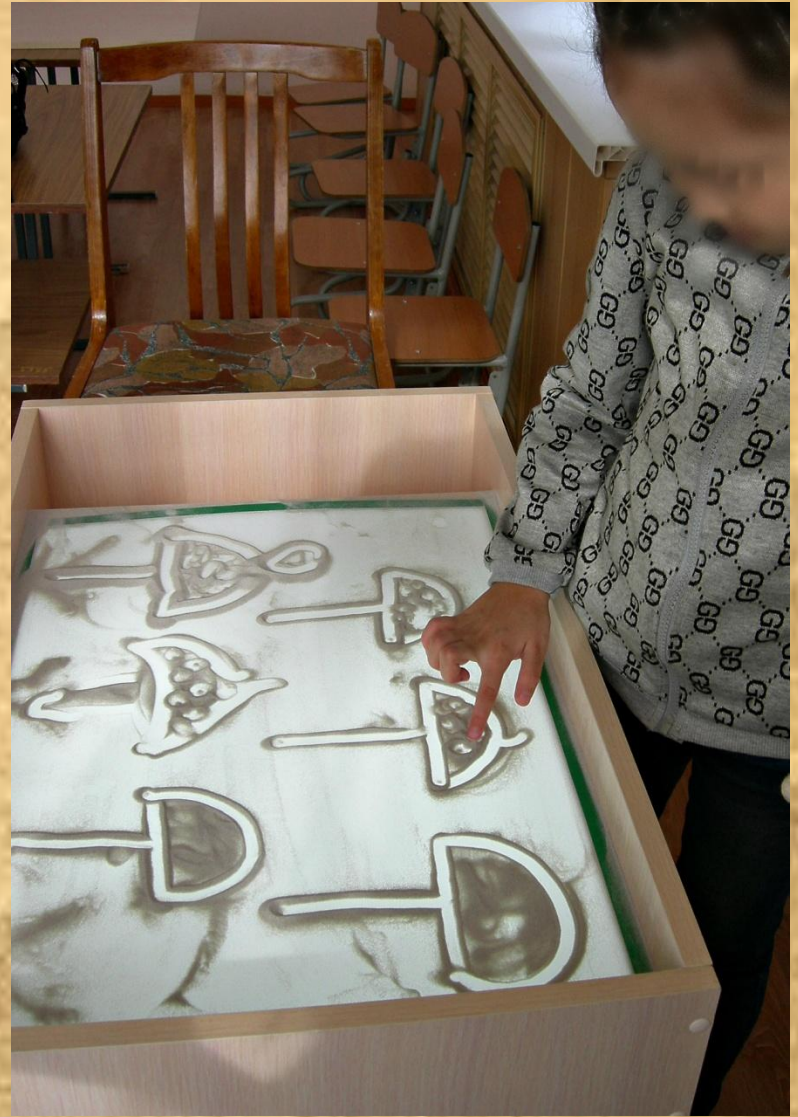


Ребенок привлекается к совместной игре, развивается чувство симпатии друг к другу, формируется эмоциональный контакт с детьми, когда все вместе рисуют на одном столике (например, создаётся общий пейзаж, в котором каждый ребёнок рисует свой объект).

Развитие внимания у детей на занятиях песочной арт-терапией осуществляется за счёт включения упражнений, например, по копированию узоров, геометрических фигур и простых рисунков.

Для развития памяти используются упражнения по воспроизведению рисунков.

Педагог удерживает внимание детей путём переключения на другой вид деятельности (от рисования к





Для преодоления проблем в обучении используются упражнения, в которых в игровой форме дети повторяют буквы и цифры.

На занятиях ПАТ неизменно присутствует игровая составляющая:

- ребята изображают выдуманных персонажей (целые группы, семьи героев);
- наделяют их личностными характеристиками;
- говорят о том, какие проблемы испытывает нарисованный герой (часто дети дают понять педагогу о своих трудностях или же о том, что им в себе нравится).

Игровые сюжеты на песке постепенно усложняются, ребята под руководством педагога начинают изображать движения картинок на песочном световом столике (из тучи идёт

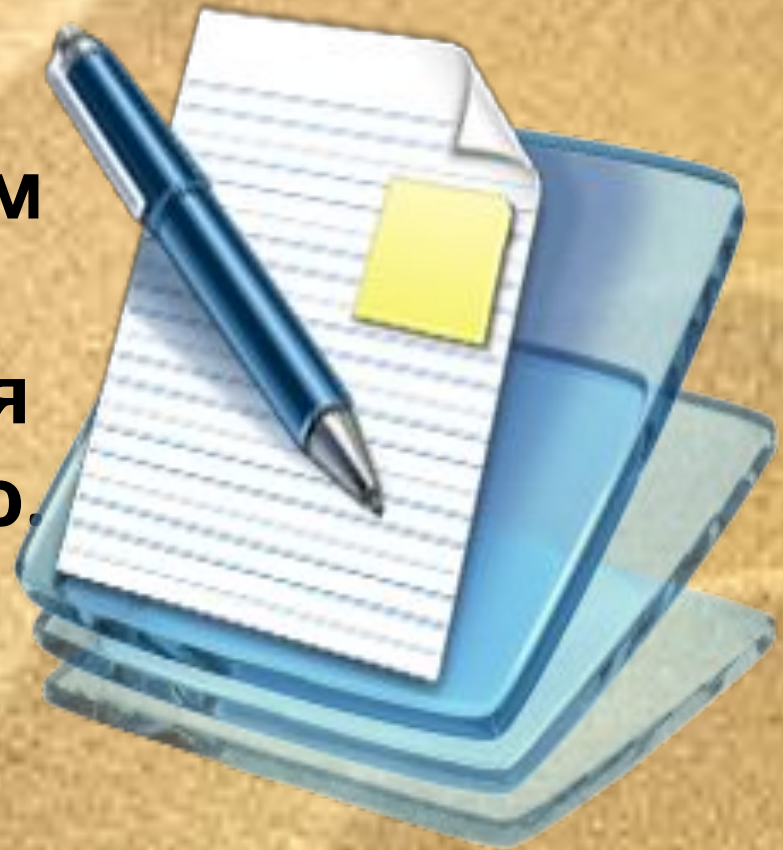




По мотивам стихотворения или классического музыкального произведения дети изображают свои эмоции, что развивает воображение.

Упражнение «Каракули Винникота» (дорисовать абстрактный рисунок в осмысленный) тоже способствует развитию образного мышления.

Занятия песочной арт-терапией проводятся строго по расписанию. Очень важным моментом для детей является составление расписания на текущий день, неделю. Им значительно легче жить в определенных рамках, в режиме.



Выводы



Занятия песочной арт-терапией для детей с аутизмом продемонстрировали эффективность и доступность методики. В процессе обучения формировались усидчивость, аккуратность, собранность и внимательность.

Терапия способствовала развитию мелкой моторики, нормализации эмоционального фона.

Представленная методика может включаться в комплексную реабилитационную программу для детей с расстройствами аутистического спектра.

**БЛАГОДАРЮ ЗА
ВНИМАНИЕ**

