

МКОУ «Гоноховская СОШ Завьяловского района»

**«Использование песочной
терапии в работе педагога -
психолога».**

**Выполнила:
педагог – психолог
Симоненко Алла
Васильевна**

с. Гонохово-2015

Песочная терапия — один из удивительных методов терапии, который дает ребенку возможность восстановить свою психическую целостность, собрать свой уникальный образ, картину мира, прикоснуться к глубинному, подлинному Я.

Многие проблемы могут быть решены методом песочной терапии. В процессе работы открывается внутренний ресурс человека, позволяющий восстановить силы, гармонизировать целостность личности, обрести душевное равновесие.

Это особая психологическая техника, где взрослый человек или ребёнок, играя, выстраивает композиции из песка и миниатюрных фигурок. В процессе происходит самопознание, снимаются защитные механизмы психики, открывается внутренний ресурс, позволяющий справиться с задачей любой сложности.



**«Часто руки знают, как распутать то, над чем
тщетно бьется разум» Принцип “терапии
песком” был предложен еще Карлом Густавом
Юнгом, замечательным психотерапевтом,
основателем аналитической терапии.**

ЧТО ТАКОЕ ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ.

- ▣ **Песочная терапия – одна из разновидностей арттерапии, которая строится на теории Юнга о том, что каждый предмет внешнего мира вызывает какой-либо символ в глубине бессознательного.**
- ▣ **Именно на песке строится первый в жизни дом, сажается дерево, создается “семья”. Все это - Мир Ребенка, в котором он чувствует себя защищенно, где ему все близко и понятно. И это - отражение нашего Взрослого Мира.**

ОСНОВНАЯ ЦЕЛЬ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

достижение клиентом эффекта самоисцеления посредством спонтанного творческого выражения содержаний личного и коллективного бессознательного.



Основная задача песочной терапии –

соприкосновение с вытесненным и подавленным материалом личного бессознательного, его включение в сознание.

«САМАЯ ЛУЧШАЯ ИГРУШКА ДЛЯ ДЕТЕЙ — КУЧКА ПЕСКА» **УШИНСКИЙ К.Д.**

- развивает мелкую моторику, улучшается память, воображение, координация.**
- дает уникальную возможность исследовать свой внутренний мир, ощутить чувство свободы, безопасности и самовыражения.**
- поглощает негативную энергию человека, стабилизирует его эмоциональное состояние (негативные эмоции уходят сквозь песок).**
- помогает рассыпать на мельчайшие песчинки образ, пугающий и травмирующий ребенка.**
- Через нервные окончания в мозг поступают сигналы, стимулирующие его работу.**

ИГРЫ С ПЕСКОМ МОЖНО УСЛОВНО РАЗДЕЛИТЬ НА ТРИ НАПРАВЛЕНИЯ:



обучающие
(облегчают процесс
обучения ребенка)



познавательные
(познается
многогранность
окружающего
мира)



проективные
(обеспечиваются
психологическая
диагностика,
коррекция и
развитие ребенка)

ОСНАЩЕНИЕ КАБИНЕТА ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

1. Поднос с песком

Деревянный ящик прямоугольной формы, традиционным размером 50*70*8 см.

Считается, что такой размер песочницы соответствует объему поля зрительного восприятия. Внутренняя поверхность подноса (дно и борта) окрашиваются в синий цвет. Таким образом, дно подноса будет символизировать воду, а борта — небо.



2. КОЛЛЕКЦИЯ МИНИАТЮРНЫХ ФИГУРОК И ПРЕДМЕТОВ

Для песочной терапии необходимо подобрать предметы различной тематики:

- ▣ **Фигурки людей разного пола и возраста, представителей различных исторических эпох, разнообразных профессий.**
- ▣ **Животные (наземные, летающие, водные обитатели), как дикие, так и домашние, а также вымершие и доисторические представители фауны, фантастические животные (единорог, грифон и т.п.)**
- ▣ **Дома , другие жилища, мебель, мосты, лестницы, заборы, ворота, здания, имеющие специальное предназначение (вокзалы, больницы, школы и т.п.).**
- ▣ **Продукты питания, домашняя утварь, орудия труда**
- ▣ **Деревья, кусты, цветы и др. растения**
- ▣ **Природный материал: камешки, мох, кора деревьев, плоды деревьев, ракушки, кораллы, перышки, сухие ветки, засушенные цветы.**
- ▣ **Небесные объекты: солнце, луна, звезды, радуга и пр.**
- ▣ **Транспортные средства: наземный, водный, воздушный.**
- ▣ **Аксессуары: бусы, маски, ткани, пуговицы, пряжки, ювелирные изделия.**

ПЕРЕНОС ТРАДИЦИОННЫХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ В ПЕСОЧНИЦУ ДАЕТ БОЛЬШОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ И ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ЭФФЕКТ, НЕЖЕЛИ ЧЕМ СТАНДАРТНЫЕ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ.

- ▣ Во-первых, усиливается желание ребенка узнавать что-то новое, экспериментировать или работать самостоятельно.
- ▣ Во-вторых, в песочнице мощно развивается "тактильная" чувствительность как основа развития "ручного интеллекта".
- ▣ В третьих, в играх с песком более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление), а также речь и моторика.
- ▣ В четвертых, песок как и вода, способен "заземлять" отрицательную энергию.



ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПОЗВОЛЯЮТ ПСИХОЛОГУ РЕШАТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ЗАДАЧИ:

- Диагностические;**
- Коррекционные;**
- Творческого развития.**

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ: ЗАНЯТИЯ, ИГРУШКИ



Классический сеанс песочной терапии начинается с того, что ребенок выбирает наиболее привлекательные для него игрушки. Делать это нужно медленно, прислушиваясь к себе. После чего эти самые фигурки в произвольном порядке размещаются на подносе с песком.

Размещать их можно как угодно: в один ряд, по кругу, в разных концах подноса и так далее. Фигурки могут соединять нарисованные «дорожки» (связи между объектами), «следы», сделанные пальцами, или их может вообще ничего не соединять – все так, как захочется сделать ребенку.



ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ ПОЗВОЛЯЕТ ИСПОЛЬЗОВАТЬ СОВРЕМЕННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

- 1. Технологию исследовательской деятельности:**
- 2. Технологию Монтессори.**
- 3. Игровую технологию.**
- 4. Здоровьесберегающую.**
- 5. Личностно-ориентированную технологию**
- 6. Технологию проблемного обучения –**
- 7. Технология развивающего обучения**

ПОКАЗАНИЯ К ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

**Рекомендуется предлагать песочную терапию
и она успешно используется в случаях:**

- **Трудности в общении**
- **Взаимоотношения детей и родителей**
- **Кризисные ситуации (развод, переезд)**
- **Психологические травмы**
- **Расстройства настроения**
- **Страхи, тики, навязчивости
и другие расстройства**
- **Проблемы поведения (агрессия)**
- **Ограничен в проявлении своих чувств;**

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

Песочную терапию нельзя проводить в следующих случаях:

- ❑ Клиент характеризуется повышенной возбудимостью;**
- ❑ У клиента есть обсессивно-компульсивный синдром (невроз навязчивых состояний);**
- ❑ Аллергия и астма на пыль и мелкие частицы.**
- ❑ Кожные заболевания и порезы на руках.**



ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОСОБЕННОСТЯМИ РАЗВИТИЯ



Цель такой терапии — не менять и переделывать ребенка, не учить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать ему возможность быть самим собой.

ИГРА НА ПЕСКЕ С ФИГУРКАМИ ОСОБЕННО ПЛОДОТВОРНА В РАБОТЕ С ТЕМИ ДЕТЬМИ, КОТОРЫЕ НИКАК НЕ МОГУТ ВЫРАЗИТЬ СВОИ ПЕРЕЖИВАНИЯ.

- **Дети с заниженной самооценкой, повышенной тревожностью и застенчивостью**
- **Дети с неустойчивым вниманием**
- **Агрессивные дети**
- **Дети, пережившие психическую травму.**

МЕТОД ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

- ▣ **дает возможность посмотреть на свою жизнь со стороны и при желании, изменить ее. Расставленные фигурки в пространстве песочницы будут олицетворять Вашу проблемную ситуацию. Песок становится землей, голубое дно песочницы превращается в водную гладь, борта – стороны горизонта. Фигурки людей и зверей, «ожившие» в Ваших руках, начинают разыгрывать Вашу личную сказку и вести ее к счастливому завершению.**
- ▣ **В этой истории Вы будете сказочником и главным героем. Поймете суть своей проблемы, найдете способы ее решения и получите удовольствие от игры.**
- ▣ **Этот вид терапии используется при сильнейших эмоциональных нагрузках.**

Процесс познания маленьким человеком окружающего мира и собственных возможностей в нем подобен сказочной дороге, полной неожиданных находок и приключений.

А проводник на этой дороге чуткий и понимающий взрослый.



ИСТОЧНИК ИНФОРМАЦИИ:

- Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия. - СПб., 1998г.
- Епанчинцева О.Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста. – М.: 2009г.
- Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по песочной терапии. – СПб.: «Речь», 2002г.
- Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту.- СПб.: «Речь», 2006г.
- Штейнхард Л. Юнгианская песочная терапия. СПб.: Питер, 2001г.
- Юнг К.Г. Человек и его символы. М.: Серебряные нити, 2002г.