
Истории на песке

Использование метода песочной
терапии в работе с детьми.

Подготовила педагог-психолог Короткова Ольга
Викторовна



Работа с песком снимает стресс и напряжение, а еще способствует развитию памяти, внимания и образно-логического мышления.



Этот метод можно использовать в работе с детьми от трех лет (а также, как один из этапов в работе с подростками), со следующим спектром проблем:

- различные формы нарушений поведения**
- сложности во взаимоотношениях со взрослыми (родителями, воспитателями, учителями) и сверстниками**
- нарушения в познавательной сфере ребенка**
- повышенная тревожность, страхи**
- сложности, связанные с изменениями в семейной (развод, появление младшего ребенка, и т.д.) и в социальной ситуациях (детский сад, школа)**
- неврозы**



Цель такой терапии- дать ребенку возможность быть самим собой.

Задача психолога создать ребенку безопасную атмосферу, безусловно принимать его и не обесценивать чувства ребенка.



Оборудование

- Водонепроницаемый деревянный ящик размерами 50x70x8. Желательно, чтобы дно и борта ящика были выкрашены в голубой цвет (дно- символизирует воду, а борта- небо).
- На 2/3 объема поднос заполняется песком, который должен быть промыт и прокален.
- Набор разнообразных миниатюрных фигурок., размером не более 8 см.
- Емкость с водой.



Все игры с песком условно можно разделить по трем направлениям:

Обучающие: они облегчают процесс обучения ребенка, развивают интеллектуальные способности, тактильно-кинестетическую чувствительность, мелкую моторику, фонематический слух .

Познавательные: с их помощью ребенком познается вся многогранность нашего мира.

Проективные: с их помощью осуществляется психологическая диагностика и коррекция детей.

Примеры упражнений, используемых в песочнице.

- «Чувствительные ладошки»
- «Волшебные следы на песке»
- «Идут медвежата»
- Рисование по заданному контуру(«Яблоко», «Груша», «Улитка», «Елочка» и т.д.)
- Игры с использованием дыхания («Песочный ветер», «Что под песком»)
- Игры, с использованием камней и природных материалов (« Посади огород»)
- Проективные игры (« Моя семья», «Мои друзья», «Сказочные сюжеты»)

Основные стадии игры с песком у детей по Дж. Аллану:

Первая стадия – «Хаос». Ребенок выбирает большое количество

фигурок или природных материалов и просто сваливает их в латок с песком.

Эта стадия отражает и объективизирует эмоциональное

смятение и хаос, доминирующие в жизни ребенка. На этой стадии

ребенок выражает тревогу, страхи. Эта стадия может продлиться от одного до нескольких занятий.



Вторая стадия – «Борьба». На подносе начинают появляться противоборствующие силы: добрые и злые герои, хищники, индейцы, пираты и т.д. на этой стадии нельзя торопить ребенка, вводя помощника или доброго спасителя. Ребенок должен отвоевать свой внутренний конфликт в собственном темпе. Как только противнику сохраняется жизнь, дарится свобода, заключаются договора о перемирии, значит стадия «Борьба» подходит к концу. Эта стадия может повторяться довольно долго.



Третья стадия – «Исход». В мирах, отражающих эту стадию, есть гармония и равновесие. Между всеми объектами существуют связи, они играют аутентичные роли, присутствует много зелени и плодов, животные расставлены по парам. На этой стадии так же наблюдается появление изображений квадратов, треугольников, кругов, что на символическом уровне дает ощущение завершенности и целостности.



При обсуждении картины с ребенком психолог не интерпретирует и не дает советов.

Основные вопросы психолога при обсуждении картины:

Название песочной картины?

Впечатления и ощущения от процесса создания песочной картины?

Что означают фигурки?

Все ли устраивает ребенка в созданной им песочной картине ?

Хотелось бы что-то изменить?

Из опыта работы



Соня, 7 лет, скрытая агрессия, тревожность.



Рома, 11 лет, скрытая агрессия, развод родителей.

Спасибо за внимание!
