

**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.



# **ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПОЗВОЛЯЮТ ПСИХОЛОГУ РЕШАТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ЗАДАЧИ:**

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



# **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.