

Методический семинар

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Педагог–психолог

Богомягков Антон Сергеевич,

МАДОУ «АртГрад»

г. Пермь

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ

Цель:

- достижение ребенком эффекта самоисцеления посредством спонтанного творческого выражения.

Задачи:

- Снижение эмоционального напряжения.
- Снижение агрессии.
- Снижение тревожности.
- Развитие тактильной чувствительности, мелкой моторики.
- Развитие творческого начала ребенка.
- Развитие навыков игровой деятельности.
- Развитие когнитивной сферы детей.
- Сплочение и эффективное взаимодействие в группе.

ЧТО НУЖНО ДЛЯ ИГРЫ В ПЕСОК?

- Водонепроницаемый деревянный ящик прямоугольной формы размером 50х70х8 см. Дно и внутренняя часть бортов выкрашены в голубой цвет, символизирующий воду и небо.
- Чистый, просеянный песок. Он не должен быть слишком крупным или слишком мелким.
- Коллекция миниатюрных фигурок и предметов, высотой желательно не более 8 сантиметров: фигурки людей, животных, сказочных героев, растений, деревьев, домов, мебели, природные материалы, геометрические фигуры, буквы, цифры и т.д.

ХАРАКТЕРИСТИКА ЗАНЯТИЙ

- Возраст детей от 3-7 лет.
- Продолжительность занятия, в зависимости от возраста ребенка и особенностей его интеллектуального развития, от 15 до 40 минут.
- Периодичность 1-2 раза в неделю.
- Полный курс может составить 12-15 сессий.
- Форма занятий : индивидуальная, групповая до 5 человек.
- Структура занятий: 1й блок – развивающий, 2й – творческий.

* В зависимости от цели занятия, возможно сочетание с другими методиками арт-терапии, например, сказкотерапии, музыкальной, телесно-ориентированной терапии.

СТРУКТУРА ЗАНЯТИЙ

- **1БЛОК:** Развивающий – сюда входят игры и задания на развитие когнитивной сферы ребенка (ориентирование в пространстве, изучение цвета, форм, расширение знаний об окружающем мире).
 - «Поиск сокровищ»
 - «Прятки животных»
 - «Изучаем фигуры»
 - «Кто где живет»
 - «Лабиринт»
- **2БЛОК:** Творческий – направлен на развитие творческого начала ребенка, сплочение и эффективное взаимодействие в группе. Детям предлагается построить свою песочную картину на заданную тему.

Примерные темы занятий:

 - «Город»
 - «Пустыня»
 - «Остров»
 - «Планета»
 - «Сказочная страна»

ПРОЦЕСС ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

1. Демонстрация песочницы.

- «Сейчас ты станешь волшебником! Опустим руки на песок, попробуй раскопать ямку, видишь - появилось озеро. С помощью своих рук ты можешь создать горы, пустыни, озера, острова. Здесь все подвластно только твоей фантазии».

2. Демонстрация коллекции фигурок.

- «Посмотри - тут много самых разнообразных фигурок. Ты можешь их посмотреть, подержать в руках. Здесь есть и деревья, и дома, и люди и многое другое. Создавая свой мир, свою картину в песочнице, ты можешь использовать разные фигурки».

3. Построение песочной картины.

- «Выбери, пожалуйста, все те фигурки, какие привлекают тебя или отталкивают. Выбирай столько фигурок, сколько хочешь. Все, что ты выберешь, размести в песочнице так, как захочешь».

4. Обсуждение песочной картины.

При обсуждении с ребенком его картины и связанных с ней переживаний педагог-психолог не дает интерпретаций или рекомендаций. Он только «отзеркаливает» ребенку его собственные переживания. Основные вопросы педагога-психолога акцентируют для ребенка значимость опыта создания им песочной картины и место этого опыта в общей картине жизни ребенка.

По окончании игры ребенок САМ разбирает песочную картину. Таким образом закрепляется приобретенный на символического-бессознательном уровне опыт.

ПРОЦЕСС ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ.

I. БЛОК РАЗВИВАЮЩИЙ

Игра «Поиск сокровищ»

- Краткий ход игры:

На песке - изображение острова, где спрятаны сокровища, разделенного на квадраты. Чтобы найти сокровища, ребенку нужно получить карту сокровищ, на которой крестиком отмечен квадрат с закопанными сокровищами, послушать инструкцию педагога, отсчитать нужное количество клеток в заданном направлении, откопать предмет в песке в найденном квадрате, назвать его.

Педагог использует настоящие предметы или игрушки на свое усмотрение, которые он заранее закопает в песке. В этом случае найденные предметы дети кладут в сундук.

- Материалы и оборудование:

- карта острова на каждого ребенка с отмеченным крестиком кладом,
- заранее закопанные в песке «сокровища» (камешки, фигурки, ракушки, монетки и т.д.).

- Ход занятия:

- Ребята, что это? (свернутая карта). Что можно увидеть на карте?
- Как вы думаете, зачем нужны карта? (ответы детей).
- Правильно, чтобы найти спрятанные сокровища. Попробуйте их отыскать. Каждый из вас должен найти свой клад. Для этого вам дается подсказка на карте, где он зарыт.

Дети по очереди с помощью карты и с подсказками педагога отыскивают свои клады.

ПРОЦЕСС ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ.

II. БЛОК ТВОРЧЕСКИЙ

Игра «Острова»

- Краткий ход игры:

На песке - пейзаж океана. Дети должны рассказать, что они видят перед собой. Далее создать горку, чтобы у каждого ребенка образовался остров, и правильно расставить игрушки животных и растений, природных материалов на своем острове.

- Материалы и оборудование:

- Игрушечные фигурки животных, морские ракушки, камушки, миниатюры деревьев, цветов, людей.

- Ход занятия:

- Ребята, посмотрите, что это? (Море, океан).

Затем педагог предлагает каждому ребенку построить свой остров.

- Посмотрите, какие красивые острова у нас получились! А кто там будет жить? Что там будет расти? (Дети добавляют фигурки животных, растений, людей. По желанию они могут украсить свои острова красивыми бусинками, ракушками, камушками).

- Ребята, а что нам нужно было бы делать, если бы мы оказались на необитаемом острове? (Дети высказывают свои ответы).

- Самое главное правило, чтобы выжить, это всегда держаться всем вместе, а значит очень дружно. Поэтому мы с вами сейчас соединим наши острова, чтобы мы могли помогать друг другу (детям предлагается построить мостики между островами).

- Посмотрите, какие красивые получились у нас острова – острова дружбы!

ВОЗДЕЙСТВИЕ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ НА ДЕТЕЙ

- Ребенок получает опыт создания маленького мира, являющегося символическим выражением его способности и права строить свою жизнь, свой мир собственными руками.
- В процессе песочной терапии могут корректироваться некоторые неадаптивные установки, иррациональные представления.
- В процессе игры драматизация освобождает заблокированную энергию и активизирует возможности самоисцеления, заложенные в психике любого ребенка.
- Метод песочной терапии позволяет гармонизировать внутренний душевный хаос, господствующий в душе ребенка.

Что нужно для игры в песок?
А нужно, в сущности, так мало:
Любовь, желанье, доброта,
Чтоб Вера в Детство не пропала.
Простейший ящик из стола –
Покрасим голубою краской,
Горсть золотистого песка
Туда вольется дивной сказкой.
Игрушек маленьких набор
Возьмем в игру...
Подобно Богу
Мы создадим свой Мир Чудес,
Пройдя Познания Дорогу.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!