

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:



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.**



A sensory bin filled with white sand, decorated with various small toys and natural items like pinecones, a ladybug, a butterfly, and a peacock feather. The bin is bordered by a blue material. A small sign is visible at the top center.



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.