

# Инновационная технология Песочная терапия



# Песочная терапия

- является одним из направлений Арт-терапии, техники рисования песком.

Песочная терапия - отдельное и очень действенное направление проективной психотерапии. По традиции, основателем метода считается Юнг и его ученики.

# Песочная терапия

Песочная терапия один из психотерапевтических, психокоррекционных, развивающих методов, направленных на разрешение эмоциональных и личностных проблем, а также сохранения здоровья дошкольников.

Песочную терапию можно отнести к инновационным технологиям

# Инновационная технология

**Технология** - это совокупность приемов, применяемых в каком-либо деле, мастерстве, искусстве (толковый словарь).

**Инновационные технологии** это комплекс методов и средств, направленных на поддержание этапов реализации конкретного нововведения.

# Песочная терапия

Играя в песке с различными фигурками, ребенок имеет возможность изменить некомфортную для него ситуацию или состояние в игровой форме, таким образом приобретая опыт самостоятельного решения проблем как внутренних, так и внешних. Полученный опыт малыш переносит в реальность.



Рисования песком, песочная анимация все это название одного и того же занятия, которое стало в последнее время очень популярным. Работа с песком способствует расслаблению и снятию напряжения, помогает развить внутреннюю свободу и почувствовать ощущение счастья и творчества. Ребенку нравится играть с песком, погружать в него руки, создавать рисунок, стирать его и создавать новый. Такой процесс помогает снять напряжение, избавиться от страхов, душевных переживаний. Психологи считают песок хорошим медитативно-расслабляющим материалом, который хорошо гармонизирует состояние ребенка.

# Песочная терапия

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

# Процесс создания картины из песка никого не оставляет равнодушным

Песок это уникальный материал, а занятие с ним увлекательный процесс, который вдохновляет, расслабляет, побуждает к творчеству.



# Возможности песочной терапии

- ❖ Расслабление и успокоение
- ❖ Самовыражение и развитие творческих способностей
- ❖ Возможность высказать свои чувства
- ❖ Развитие мелкой моторики, фантазии, развитие речи ребенка
- ❖ Диагностика проблем ребенка
- ❖ Развивающие игры
- ❖ Мягкая психокоррекция



# Преимущества песочной терапии

Простота

- Минимум расходных материалов
- Для реализации образцов вилки, стол, рисование песком для

Возраст ребенка

- Дески выделанные песком, очень красочны, предназначены для детей более раннего

Эстетичность и пластичность

- проявить свою фантазию в этом деле, рисовать вальте
- Не мало важным нюансом является пластичность материала.

Чтобы изменить изображение, достаточно провести пальцем по

# Особенности техники изображения

- Ладонью
- Щепотью
- Насыпанием из кулачка
- Симметрично двумя руками
- Одновременное использование нескольких пальцев
- Кулаком
- Ребром большого пальца
- Мизинцами
- Отсечением лишнего

# Особенности техники моделирования песка

- разминка
- Вводная часть
- Знакомство с песком
- Коллективная оценка ощущений
- Дождик против агрессии
- Ассоциация с животными

# Использование песочной терапии в ДОУ

В МБДОУ «Детский сад №180 «Почемучка» общеразвивающего вида педагог психолог проводит коррекционные занятия с детьми, на которых используется техника песочная терапия.

Занятия всегда проходят в доброжелательной, творческой атмосфере.

В процессе занятий дети осваивают разнообразные способы изображения на песке как с помощью собственных пальчиков, так и с помощью разнообразных предметов, фигур.

Для разнообразия занятий используются столы с подсветкой, а также стол с «живым» песком

На занятии используется стол песочница, с прозрачной столешницей и оснащенной подсветкой. Наполняемость песочницы- кварцевый песок.

Занятия организуются в подгруппах по 2-3 человека.

Во время занятий играет тихая музыка, в процессе рисования песком затемняется освещение... Это позволяет детям легче и глубже погрузиться в состояние игры и сказки, а значит стать более открытым новому опыту, познанию, развитию.

Через сказку и игру  
ребенок легче  
открывает для себя  
мир чувств, учиться  
гармоничному  
общению с  
взрослым и  
сверстниками,  
пониманию себя.



Дети манипулируя сыпучими материалами, избавляются от негативных эмоций. Рисование происходит непосредственно пальцами по песку, что способствует развитию сенсорных ощущений, раскрепощает и гармонизирует, а так же способствует развитию двух полушарий (так как рисование происходит двумя руками).

Песочная терапия эффективное средство работы с гиперактивными детьми

Увлекаясь таким творческим процессом, ребенок становится более уравновешенным.

# Виды игр с песком

- ▣ **Изучение материала** - простые, но очень полезные развивающие игры - изучение свойств материала, в частности, песка. Малыши могут изучить понятия «холодный — теплый», «гладкий - шершавый», «сухой - влажный», познакомиться с различными геометрическими фигурами, лепя куличики и рисуя пальчиком на песке.

# Виды игр с песком

## ❖ Песочный дождь

- ❖ Хорошо начать знакомство с песком с таких игр, как «Песочный дождь». Цель этого упражнения - расслабиться, успокоиться и замедлиться. Сначала предложите ребенку опустить руки в песок. Пусть он погладит его, погрузится в него. Затем наберите в руку немного песка и посыпьте сверху на ладошку малыша. Спросите его, хочет ли он посыпать вам на руки? Скорее всего, он согласится. Обсудите, какой «дождик» прошел. Детям понравится эта неспешная и приятная игра.

# Виды игр с песком

- ❖ **Игра в ассоциации.** При помощи песка и фигурок детям предлагается построить композицию на определенную тему. При этом ребенок должен объяснить, почему сделанное его собственными руками выглядит именно таким образом. Пофантазировать дети любят на темы об их будущем, семье, друзьях и существующих профессиях.

# Список литературы

- ❖ Гребенки 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.