


«Волшебный песочек»





Арт - терапия - (лат. ars — искусство, греч. therapeia — лечение) представляет собой методику лечения при помощи художественного творчества.


Арт - терапия сегодня считается одним из наиболее мягких, но эффективных методов, используемых в работе педагогами, психологами и психотерапевтами.

ЦЕЛИ АРТ-ТЕРАПИИ:

- выражение эмоций и чувств, связанных с переживаниями своих проблем, самого себя;
- гармонизация взаимоотношений с миром;
- Раскрытие своего потенциала;
- развитие познавательной сферы и личности;
- повышение адаптивности в постоянно меняющемся мире (гибкости).



ВИДЫ АРТ-ТЕРАПИИ:

- 
- **Музыкотерапия**
 - **Библиотерапия**
 - **Драмотерапия**
 - **Изотерапия**
 - **Маскотерапия**
 - **Танцедвигательная терапия**
 - **Метафорические карты**
 - **Коллаж**
 - **Оригами**
 - **Песочная терапия**
 - **Цветотерапия**
 - **Сказкотерапия**
 - **Фототерапия**
 - **Работа с глиной**
 - **Мульттерапия**

Заповеди арт - терапии:

- Самая первая и главная заповедь арт - терапии:

Вы должны навсегда забыть стеснительность, выражаемую словами типа: «Я не художник» или «Нарисованную мною корову легко спутать с собакой»! Задача «нарисовать красиво» вообще не ставится и даже противопоказана. Здесь перед нами стоит совсем иная задача: выплеснуть, вырисовать весь накопленный стресс, чтобы улучшить состояние своего здоровья.

- Вторая заповедь арт - терапии:

рисунок (или скульптура или инсталляция) должны анализироваться в первую очередь самим автором. Анализируя (то есть по-просту — созерцая) своё творение, человек сам понимает кое-что такое о себе и своей проблеме, чего ни скажет ему ни за какие деньги никакой, даже самый умудрённый практикой психотерапевт...

- Третья заповедь арт - терапии:

арт -терапия лечит уже по факту, по факту того, что Вы это делаете. Вы можете не понимать механизм, но после создания рисунка Вам уже станет легче. Помните об этом всегда.

Основатель аналитической терапии - Карл Густав Юнг («принцип терапии песком»)

В научном мире, в частности, на международной конференции в Сан-Франциско (1995), принята следующая классификация:

Sandplay с большой буквы «S» — это классическая форма юнгианской песочной терапии со свойственной ей теоретической базой и методологией;

sandplay с маленькой «s» — это различные модификации метода (песочная терапия в контексте арт-терапии, сказки на песке, дидактические программы на песке, медитации на песке, реабилитационные программы для людей с ОПФР и др.).



Противопоказания к использованию арт-песка

Песочную терапию нельзя проводить в следующих случаях:

- **Эпилепсия или шизофрения.**
- **Клиент с очень высоким уровнем тревожности.**
- **Клиент с неврозом навязчивых состояний.**
- **Аллергия на пыль и мелкие частицы.**
- **Легочные заболевания.**
- **Кожные заболевания и порезы на руках.**

Принципы

- **Добровольность.** Ребенок играет по своему желанию.
- **Активность ведущего взрослого.**

Взрослый в роли организатора, и непосредственного участника. Активность взрослого не должна тормозить конструктивную активность ребенка.

- **Предупреждение открытых конфликтов между детьми.**
- **Безоценочность.**

В игре взрослый воздерживается от оценок деятельности детей

- **Безопасность.**
- **Отсутствие соревновательного начала в играх**
- **Атмосфера доброжелательности**
- **Введение ритуалов начала и окончания занятия**



Необходимое оборудование:

- 1. Водонепроницаемый деревянный ящик (50x70x8 см)**
- 2. Чистый, просеянный песок**
- 3. Коллекции миниатюрных фигурок**

человеческие персонажи; здания: дома, школы, церкви, замки; животные: домашние, дикие, доисторические, морские; машины: сухопутные, водные, космические, боевые; растения: деревья, кусты, цветы, овощи; постройки: мосты, ограды, ворота, порталы, загоны для скота; естественные предметы: ракушки, ниточки, камни, кости, яйца; символические предметы: источники для загадывания желаний, ящики с сокровищами, драгоценности; сказочные герои: злые и добрые; религиозные предметы и сувениры; живая зелень; домашняя утварь, флаконы из-под духов, гаечки, болтики; пластиковые или деревянные буквы и цифры, различные геометрические фигуры.

A decorative vertical strip on the left side of the page features a sandy background with various seashells and a brass compass. The compass is open, showing its face with cardinal and intercardinal directions. The overall theme is nautical and educational.

Виды игр

1. ОБУЧАЮЩИЕ

Они облегчат процесс обучения ребенка чтению, письму, счету и грамоте.

2. ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

С их помощью дети узнают о том, как многогранен наш мир, познакомятся с историей городов и стран, историческими героями и событиями.

3. ПРОЕКТИВНЫЕ

То, что «делает» бессознательное, когда ребенок играет с песком; потенциальные возможности ребенка; творческий полет его фантазии; детский мир; сочинение и разыгрывание сказки.




Основные принципы игр па песке

1. **Создание естественной стимулирующей среды**
2. **«Оживление» абстрактных символов**
3. **Реальное «проживание»**

Правила поведения в песке


1. Нельзя намеренно выбрасывать песок из песочницы.
2. Нельзя бросать песок в других или брать его в рот.
3. После игры надо помочь Песочной фее убрать все игрушки на свои места.
4. После игры в песке надо помыть ручки.





Пять шагов организации игрового процесса

- 1. Первый шаг - демонстрация песочницы**
- 2. Второй шаг - демонстрация коллекции фигурок**
- 3. Третий шаг - знакомство с правилами игр на песке**
- 4. Четвертый шаг - формулирование темы занятия, инструкций к играм, основное содержание занятия**
- 5. Пятый шаг - завершение занятия, ритуал выхода**



«Чувствительные ладошки»
(игры, направленные на развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук)

- Серия игр «Отпечатки наших рук»
- Серия игр «Что же спрятано в песке?»

1. ОБУЧАЮЩИЕ

«Песочная грамота» (игры, направленные на развитие фонематического слуха, коррекцию звукопроизношения, обучение чтению и письму)

- Игры «Путешествия к звукам» (Путешествие в страну «А» и т.д.)
- Игры «Живые буквы»
- Игры «Письмена на песке»

2. ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ


Песочная энциклопедия (познавательные игры на песке)

Виды познавательных игр

- Игры, направленные на знакомство с окружающим миром (через них мы познаем то, что рядом с нами: животных (диких и домашних), насекомых, леса, поля, реки, озера, моря, острова, город, транспорт и пр.)
- Географические игры (здесь мы узнаем, как живут люди в разных уголках планеты, моделируем в песочнице различные климатические зоны и жизнь в них)
- Фантастические игры (в песочнице имитируется жизнь на других планетах: лунный ландшафт, поверхность Марса и пр.)
- Исторические игры
- Игры-экскурсии

3. ПРОЕКТИВНЫЕ

- Ребенку предлагается взять подносик и выбрать из коллекции фигурок те, к которым тянется рука, те, которые привлекают внимание.
 - «Представь , что ты – Волшебник. Засели свою сказочную страну разными существами... Преврати пустыню в такой мир, какой ты захочешь.»
- Вопросы к ребенку:
- Что это за мир, сказочная страна?
 - Какие существа ее населяют, какой у них характер, что они умеют, откуда они пришли в эту страну (можно подробно расспросить о каждой фигурке)
 - В каких взаимоотношениях они находятся между собой, всем ли существам хорошо в этом мире, в этой стране, если нет, то что можно было бы сделать, чтобы им стало лучше, что можно изменить
 - Какие события будут происходить в этой стране, что будут делать герои дальше?



Этапы игры	Средства	Стиль поведения взрослого
1. Введение в игровую среду	Установка на внимательное слушание и активное участие	Доверительный стиль общения, внимательное отношение к каждому ребенку
2. Знакомство с игрой и ее героями	Прослушивание начала сказки, истории и строительство в песочнице игрового пространства (сказочной страны, замков, дворцов, морей, рек, лесов), заселение его различными персонажами (сказочными героями, животными, буквами)	Позиция отстраненного рассказчика, доброжелательного и мягкого помощника
3. Моделирование конфликта, трудностей	Детям зачитывается продолжение истории, в котором происходит нечто, что разрушает созданный на песке мир (появляются силы зла, разрушения: драконы, чудовища, ураган)	Создание ситуации, в кот. ребенок действует самостоятельно, может переносить и отыгрывать в игре с песком негативные эмоции, при этом взрослый может выступать



Этапы игры	Средства	Стиль поведения взрослого
4. Выбор пути	Что же делать? Сможешь ли ты помочь?	Взрослый — заинтересованное лицо, ищет выход наравне с ребенком
5. Борьба и победа	Дети отыгрывают ситуацию борьбы со злом	Он поддерживает, подбадривает
6. Утверждение победы	Спонтанное продолжение игры, в которой происходит празднование победы	Взрослый спрашивает об эмоциональном состоянии детей, мыслях и чувствах, которые возникали в процессе игры, понравилось ли им; что они будут делать, если вдруг опять попадут в похожую ситуацию и пр.
7. Перспектива дальнейших	Рассказ о последующих играх, приключениях	Взрослый заинтересован

Литература

- Зинкевич-Евстегнеева Т.Д. Психотерапия зависимостей. Метод сказкотерапии; Песочная игротерапи.
- Зинкевич-Евстегнеева, Грабенко Т.М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии.
- Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми.
- Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Руководство по детско-подростковой и семейной арт-терапии.
- Кузуб Н.В., Э.И. Осипук Э.И. В гостях у песочной феи. Организация педагогической песочницы и игр с песком для детей дошкольного возраста. Методическое пособие для воспитателей и психологов дошкольных учреждений.
- Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту.
- Эль Г.Н. Человек, играющий в песок. Динамичная песочная терапия.
- Большебратская Э.Э. Песочная терапия.
- Нисневич Л.А. Как помочь "особому" ребенку.
- Хоменко И. Н. Песочная магия.