

Песочная терапия



Казанова Наталья Евгеньевна
Воспитатель 1
квалификационной категории

Песочная терапия — один из методов психотерапии, возникший в рамках аналитической психологии. Это способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития.

Оборудование «мини-песочницы»:

1. Водонепроницаемый деревянный ящик или пластиковый таз, дно и борта которых должны быть голубого/синего цвета (дно символизирует воду, а борта — небо). Для индивидуальных занятий можно использовать несколько пластиковых прямоугольных тазов. Желательно, чтобы у песочниц были съемные крышки.

2. Чистый просеянный песок, создающий в песочнице линию горизонта.

3. Набор игрового материала: лопатки, широкие кисточки, сита, воронки; разнообразные пластиковые формочки разной величины и формы; миниатюрные игрушки для обыгрывания заданий в песочнице; бросовый материал: камешки, ракушки, веточки, палочки, большие пуговицы, одноразовые соломки для коктейля. «Коллекция» миниатюрных фигурок, желательно, не более 8 см высотой. В набор могут входить: человечки, здания, животные, транспорт, растения, сказочные герои, злые и добрые, различные геометрические фигуры, природный материал - камешки, веточки, шишки, орехи, желуди, каштаны, - словом, все, что может быть использовано в песочных играх.



Методы и приемы песочной терапии, используемые в работе:

- Исследовательская, практическая деятельность, включающая в себя работу с раздаточным материалом (совочки, формочки, кисточки), элементы экспериментирования, наблюдения.
- Игровая деятельность (обыгрывание ситуаций, «песочная буря», «проливной дождь», инсценировка, элементы театрализации).
- Словесные методы: беседы, рассказ педагога, чтение произведений литературы: стихи, сказки, использование фольклорного жанра (потешки, прибаутки) .
- Наглядные методы: показ игрушек, рассматривание картин и иллюстраций, моделирование.



ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ

1. Индивидуальная:



2. В ПАРАХ



3. ГРУППОВАЯ



РОЛЬ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ В РАЗВИТИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

Песочная терапия для детей - это прекрасная возможность для самовыражения, развития творческих склонностей в ребенке, а так же простой и действенный способ научиться выражать свои чувства, эмоции, переживания.

Игра с песком – это естественная и доступная каждому ребенку форма деятельности.



ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ВОЗРАСТА

Дети раннего возраста только начинают познавать мир и у них формируются первые понятия о формах и положении предметов, ролевая игра еще не сформировалась, детям свойственно манипулирование с предметами. Поэтому занятия по песочной терапии в этом возрасте направлены на формирование новых навыков, на познание среды, предметов.

Во время занятий ребята прячут и находят предметы в песочном поле, пересыпают песок, лепят из него, делают отпечатки рук, игрушек, строят горы, реки, углубления и ямки. Игра в этом возрасте повторяема в своем сюжете, что является необходимым фундаментом для формирования образной игры, свойственной уже дошкольному возрасту.

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (3-4 ГОДА)

Переход от раннего возраста к дошкольному характеризуется становлением новых черт личности ребенка. В это период ребенок может проявлять негативизм, строптивость, упрямство.

Он изучает себя и взрослых, окружающий мир, нащупывает границы. Ребенку все хочется делать самому. В этом возрасте на занятиях по песочной терапии дети получают возможность самостоятельно создавать свои миры, где являются полноправными хозяевами, там они проигрывают свои скрытые страхи и тревоги, волнующие ситуации, дают выход агрессии, получают новую модель поведения, становятся спокойнее и увереннее, усваивают первичные нравственные нормы. В младшем дошкольном возрасте у детей начинает развиваться воображение, которое очень наглядно может раскрыться в ходе игры на песке. Кроме того ребенок уже может комментировать сюжет, тем самым обогащая свое речевое мастерство, его речь становится более сложной и развернутой.

В этом возрасте навык совместной игры пока не сформирован, поэтому на групповых занятиях дети получают возможность развития коллективного взаимодействия путем построения общего мира совместно с другими ребятами, в ходе игры они учатся слушать и слышать друг друга. Учатся понимать свое эмоциональное состояние, называя чувства и ощущения. Занятия способствуют формированию позитивной самооценки, закладывающейся на данном этапе жизни ребенка.

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (5-6 ЛЕТ)

Ведущей деятельностью этого возраста – сюжетно-ролевая игра, а ведущая потребность – потребность в общении и творческая активность.

Песочная терапия позволяет раскрыть потенциал ребенка в естественной и безопасной среде путем создания различных сюжетных линий песочных картин. Построив мир на песке, ребенок начинает обыгрывать его, переставляя фигурки, меняя ландшафты, картина его внутреннего мира оживает. На песке появляется то, что нужно ему в данный момент, то, что ему не хватает и помогает. Выстраивая свой мир, он уже рассуждает, дает объяснения, с помощью психолога анализирует ситуацию, ищет различные способы выхода и развития, приобретает новые качества и опыт. Развитие воображения в этом возрасте дает возможность ребенку рассказывать оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории при условии регулярных занятий по активации воображения.

В групповой работе, взаимодействуя со сверстниками, ребенок учится договариваться, принимать взгляды других участников, следовать игровым правилам. К старшему дошкольному возрасту ребенок овладевает умением сопоставлять и сравнивать себя с другими и это служит основой адекватной самооценки. На песочном пространстве, находясь в доверительной групповой атмосфере, с помощью сюжетов и различных ролей ребенок повышает уверенность в себе и гармонизирует самооценку.

Занятия в песочнице стимулируют инициативу, самостоятельность и творческий процесс у ребенка.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!