

Sandplay

Песочная терапия

**Этапы развития метода
Часть II**

Форма песочницы: варианты



Круглая форма песочницы

По мнению некоторых
специалистов позволяет в
более сжатые сроки:

- *снизить уровень тревожности;*
- *достичь гармонизации
эмоционального состояния,
внутреннего равновесия,
чувства телесной и психической
целостности;*
- *разрешить внутриличностные
противоречия.*





Треугольная форма песочницы

Используется:

- *в работе с клиентами, испытывающими проблемы с целеполаганием и мотивацией;*
- *в ситуациях, требующих расстановки приоритетов (например, в практике профессиональной ориентации)*

?..



Чаша равновесия

- *релаксация;*
- *сосредоточение на позитивных телесных и эмоциональных переживаниях;*
- *восстановление связи между бессознательной и сознательной частями психики.*

?..



Песочница с сегментами

Возможно использование в работе с детскими группами с целью:

- *улучшения межличностных отношений;*
- *снятия эмоциональных барьеров, смягчение чувства взаимного недоверия;*
- *развитие чувства общности, при сохранении личностных границ.*

Песочная анимация



Терапевтический эффект:

- *Актуализация функции воображения через глубокий контакт с собственным созидательным «художественным я»;*
- *Развитие чувства свободы созидания и укрепление чувства собственной творческой силы;*
- *Раскрытие мощных эмоциональных ресурсов - радости, эстетического удовольствия, удивления, восхищения;*
- *Укрепление естественной потребности в творческой активности и мотивации занятий творчеством.*



Воображение, творчество и процесс терапии

«Песочная терапия позволяет скрытым образам внутреннего мира нашего воображения получить зримое воплощение».

Рут Амман

Терапевтический процесс – это трансформация (эмоциональных состояний, отношения к кому-либо и чему-либо, представлений о мире и самом себе и т.д.) Воображение опосредует взаимодействие психики и какого-либо художественного или естественного материала (например, песка). Именно благодаря этому взаимодействию в процессе творчества происходит трансформация, которую можно непосредственно наблюдать.

