Занятие с использованием песочной терапии

«Песочный мир»

*педагог-психолог ГОБУ МО ЦППМС-помощи Шишелова А.Д.*

Работа с группой детей, имеющих трудности адаптации в коллективе.

Рекомендуемое количество детей в группе: 4-5 человек

Задачи:

* Способствовать возникновению у детей ощущения психологического комфорта,

   защищенности

* Развитие адаптивных способностей детей
* Способствовать стабилизации эмоционального состояния детей.
* Расширение спектра поведенческих реакций в ситуациях фрустрации
* Способствовать снижению эмоционального напряжения, мышечных зажимов и

   расслаблению.

Оборудование: две песочницы (светлая (голубой фон, светлый песок), темная (синий фон, красный песок)), фигурки людей, животных, деревья или другая растительность, мосты, сооружения, изгородь или объекты, которые могут ее символизировать, камни, ракушки, небольшие сосуды (3-4см), и др.

миниатюры-символы должны быть привлекательные и непривлекательные; прекрасные и ужасные; символы добра и зла, гармонии и абсурда.

Ход занятия:

1. Выбор песочницы.

Детям показывают две песочницы и предлагают сделать выбор: В какой песочнице ты бы хотел поиграть сегодня?

Как правило, дети с высоким уровнем тревожности, страхами, застенчивые дети делают выбор в пользу темной песочницы. Дети с трудностями социализации поведения, находящиеся в кризисном возрасте, выбирают светлую песочницу.

1. Знакомство с песочницей

Детям демонстрируется возможность создания ландшафта в песке (горы, равнины, реки, моря, дороги..), показываются фигурки, которыми они могут пользоваться при создании картины

1. Правила работы в песке.

оговаривается одно правило: «Песок должен оставаться в песочнице и не проникать за ее пределы», при нарушении правила, игра прекращается.

1. Построение песочного мира:
* Детям предлагается выбрать фигурку, которая им нравится
* психолог просит каждого из детей дать характеристику своей фигурке (какая она?)
* далее каждому из детей предлагается найти место для своей фигурки в песочнице
* затем, каждый ребенок строит «дом» для своей фигурки
* уточняется местонахождение каждой фигуры, насколько автор доволен ее расположением или хотел бы сделать перемещение
* следующим шагом дети строят дороги между своими домами и пробуют «ходить в гости»
* создание ландшафта: каждому ребенку дается задание найти место для горы, реки и т.д. в зависимости от расположенной фигурки (Сейчас это только твой мир и тебе решать, где в нем будет находиться …(Н: лес, гора, река, озеро, море, болото…) - интерпретируется с помощью карты Амменн) - фото
* после того, как каждый ребенок внес свои изменения в картину, производится анализ, что нравится что не очень…каждый может поменять расположение своих фигур, не трогая элементы ландшафта и фигуры других детей - фото

в момент построения специалист наблюдает и отмечает основные моменты: где ребенок размещает свою фигуру, где ребенок размещает дом, совершает ли самостоятельные перемещения при возможности.

1. Путешествие по «миру» (психолог задает уточняющие вопросы, предлагает совершить допустимые перемещения, способствующие созданию более устойчивого (безопасного) положения каждого ребенка - если требуется, в том случае, если сам автор не проявляет инициативы для изменения «неблагоприятного положения»). - фото

Источники:

1. В.Ю. Слабинский «Позитивная песочная психотерапия»
2. Бережная, Н.Ф. Песочная терапия в коррекции эмоциональной сферы детей раннего и младшего дошкольного возраста // Дошкольная педагогика. - 2006.- № 4.
3. Грабенко, Т. М., Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия. – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998. – 50 с.
4. Грабенко, Т. М., Коррекционные, развивающие адаптирующие игры/ Т.М.Грабенко, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева — СПб.: «ДЕТСТВО- ПРЕСС», 2004.-64 с.
5. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М.Грабенко – СПб.: Речь, 2010. – 340 с.
6. Сакович, Н. А. Технология игры в песок. Игры на мосту /Н.А.Сакович. – СПб.: Речь, 2008. – 176 с