**пЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ**

**С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ.**

Песочная игротерапия – прекрасная возможность выразить свое отношение к окружающему миру, найти то, что тревожит и беспокоит, рассыпать на мельчайшие песчинки образ, пугающий и травмирующий ребенка.

Наблюдения и опыт показывают, что игра с песком позитивно влияет на эмоцио­нальное самочувствие детей. Все это делает его пре­красным средством развития учащихся.

Песочная терапия намного эффективнее, чем стандартные приемы обучения. В условиях учебного заведения не только психолог может использовать песочницу, но и педагоги, которые могут проводить развивающие игры на песке. Именно благодаря самостоятельным рисункам на песке, ребёнок быстрее осваивает буквы и цифры, усваивает пространственные и временные понятия. С помощью построений на песке можно развивать наглядно-образное мышление, восприятие и память. В песочнице мощно развивается тактильная чувствительность, мелкая моторика руки. Занимаясь играми на песке, ребёнку становится интересно, он старается сделать правильно, красиво, аккуратно и, что немаловажно – быстро.

Игры с песком разнообразны: **обучающие игры** обеспечивают процесс обучения чтению, письму, счету, грамоте, развивают фонематический слух, а также позволяют проводить коррекцию звукопроизношения; **познавательные игры** дают возможность детям узнать о многообразии окружающего мира, об истории своего города, страны и т.д.; **проективные игры** откроют потенциальные возможности ребенка, разовьют его творчество и фантазию

**Задачи песочной терапии** согласуются с внутренним стремлением ребенка к самоактуализации. В этом песочная терапия ориентирована на то, чтобы помочь ребенку:

- развить более позитивную Я-концепцию;

- стать более ответственным в своих действиях и поступках;

- выработать большую способность к самопринятию;

- в большей степени полагаться на самого себя;

- овладеть чувством контроля;

- развить сензитивность к процессу преодоления трудностей;

- развить самооценку и обрести веру в самого себя.

**Оборудование для игр с песком**

1.Водонепроницаемый деревянный ящик

Внутренняя поверхность подноса (дно и борта) ок­рашиваются в синий или голубой цвет. Таким об­разом, дно подноса будет символизировать воду, а борта — небо.

2. Чистый, просеянный песок. Для организации классической песочной терапии тре­буется два подноса. В одном находится сухой песок, в другом влажный.

3. Коллекция миниатюрных фигурок высотой желательно не более 8 сантиметров. В набор игрушек могут войти:

— человеческие персонажи

— здания

— животные

— машины

— растения

— постройки

— естественные предметы: ракушки, веточки, кам­ни и пр.

— символические предметы: источники для за­гадывания желаний, ящики с сокровищами, драго­ценности и др.

— сказочные герои: злые и добрые

— живая зелень и пр.

— пластиковые или деревянные буквы и цифры, различные геометрические фигуры

Словом, все, что встречается в окружающем мире, может за­нять достойное место в коллекции. Если для занятий не хва­тит каких-либо фигурок-образов, их можно вылепить из плас­тилина, глины, теста, вырезать из бумаги.

**Какие дети особенно нуждаются в этой игре?**

Метод песочной терапии можно использовать с детьми и подростками со следующим спектром проблем:

- различные формы нарушений поведения;

- сложности во взаимоотношениях со взрослыми (родителями, учителями) и сверстниками;

- повышенная тревожность, страхи;

- сложности связанные с изменениями в семейной (развод, появление младшего ребёнка, и т.д.) и в социальной ситуациях (школа и т.д).

Особо нуждаются в такой терапии школьники с ОВЗ. В качестве ведущих характеристик таких детей выделяют слабую эмоциональную устойчивость, нарушение самоконтроля во всех видах деятельности, агрессивность поведения и ее провоцирующий характер, трудности приспособления к детскому коллективу, суетливость, частую смену настроения, чувство страха, манерничанье, фамильярность по отношению к взрослому.

Наши дети - «особые», с ограниченными интеллектуальными и физическими возможностями – с удовольствием играют с песком. Ведь такие игры очень естественны, это то, чем ребенок любит заниматься, то, чего не боится. Именно поэтому мы предприняли попытку проводить игры - занятия с песком в качестве дополнительного методического приема.

**Формы и варианты** песочной терапии определяются особенностями конкретного ребенка, специфическими задачами работы и ее продолжительностью.

**Игровые методы** могут применяться:

* с целью диагностики;
* с целью оказания психологической помощи;

**Проективная психодиагностика в песочнице**

***Индивидуальная форма***

Анализируя песочные картины и «песочные сказки», можно диагностировать следующие феномены.

♦ Прежде всего, наличие внутренних конфликтов. Они замет­ны даже «невооруженному» глазу неспециалиста. Если в песоч­нице идут бои, добро борется со злом, но зло побеждает, если песоч­ная страна находится в состоянии разрушения или запустения, — в этом случае даже поверхностный наблюдатель скажет: «Похо­же, у автора не все на душе спокойно

♦ Уровень и направленность агрессии. Если в песочнице разворачиваются баталии, или имеется персонаж, по отношению к которому проявляются агрессивные действия, мы имеем дело с достаточно высоким уровнем агрессивности.

♦ Конфликты со значимыми близкими заметны из контекста песочной истории. В этом случае име­ется противоборство героев песочной сказки, игра­ющих роль реальных членов окружения автора.

♦ Потенциальные, ресурсные возможности про­являются как некие чудесные предметы, несущие избавление и счастливое разрешение ситуации в

песочной сказке. Впоследствии мы сможем к ним обращаться для усиления «я» ученика.

♦ Способы преодоления трудностей: прямая агрессия, хит­рость, покровительство, избегание, взаимопомощь и др. Об этом станет известно, когда ученик расскажет, что будет происходить, если на страну обрушится стихийное бедствие.

Сбор психодиагностической информации из песочной сказки в индивидуальной форме осуществляется тремя способами:

— анализ событий, сюжета песочной сказки;

— анализ чувств, возникших в ответ на созерца­ние песочной картины;

— анализ расположения фигурок в песочнице и их символического значения.

**Организация игр-занятий с песком**

Игры-занятия следует начинать со знакомства с песком, с тактильными ощущениями, появляющимися от взаимодействия с песком.

Взрослый начинает игру, делая отпечатки кистей рук на поверхности песка. За ним повторяет ребенок. Взрослый рассказывает о своих ощущениях: «Мне приятно. Я чувствую тепло (прохладу) песка. Когда я двигаю руками, я ощущаю маленькие песчинки. А что чувствуешь ты?» Теперь получив образец проговаривания, ребенок попробует сам рассказать о том. Что он чувствует. Затем, взрослый переворачивает свои руки вверх ладонями и снова описывает свои ощущения. За ним повторяет ребенок. Далее предлагается «поскользить»

по поверхности песка (как змейка, машина, и т.д.); «пройтись» ладошками, оставляя свои следы; оставить отпечатки ладошек, кулачков, ребер ладоней, создавая узоры (солнышко, цветок, и т.д.); «пройтись» каждым пальчиком поочередно, правой и левой руки, и т.д. Эти незатейливые упражнения обладают колоссальным значением для развития психики ребенка. Во-первых они стабилизируют эмоциональное состояние детей. Во-вторых, наряду с развитием тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук, учат ребенка прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения. А это способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти, что очень важно для детей с особыми потребностями в развитии. Но главное - ребенок получает первый опыт рефлексии (самоанализа), учится понимать себя и других. Так закладывается база для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации.

Следующий шаг, который делает психолог, заключается в том, чтобы научить ребенка ставить ладонь на ребро и удерживать в таком положении (песок помогает детям ровно держать ладони). Через некоторое время дети при помощи педагогов могут составлять отпечатками рук различные геометрические формы, что способствует лучшему запоминанию понятия формы, сенсорных эталонов цвета и величины.

Затем проводим самомассаж рук ребенка, постепенно переходя к упражнениям, направленным на развитие мелкой моторики: пальчики «ходят гулять» по песку, играют на песке, как на пианино, и т.д.

После обучения детей манипуляциям с песком можно переходить к предметному конструированию. Можно строить природные ландшафты: реки, озера, моря, горы, долины, по ходу объясняя сущность этих явлений. Так, постепенно дети получают информацию об окружающем мире и принимают участие в его создании, развивается пространственная ориентация.

Все песочные картины хорошо сопровождать рассказами педагога. При этом дети манипулируют деревьями, животными, транспортом и даже домами.

Параллельно можно «писать» на песке. Детям не страшно ошибиться, это не бумага, и легко можно все исправить, если допустили ошибку. И дети на песке пишут с удовольствием.

Затем можно приступить к постановке сказок на песке: «Колобок», «Теремок», «Курочка Ряба», «Три медведя». Мы рассказываем сказку и рукой ребенка передвигаем фигурки в разных направлениях. Постепенно ребенок учится соотносить речь с движением персонажей и начинает действовать самостоятельно.