Песочная терапия. Организация занятий.

**ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ. ПРИНЦИПЫ И СТРУКТУРА ЗАНЯТИЙ**

*Принципы* **песочной терапии**:

**1.** Реальное «проживание», проигрывание всевозможных ситуаций вместе с героями **детских игр** и**детских сказок** – на основе этого принципа **песочной терапии** осуществляется взаимный переход Воображаемого в Реальное и наоборот.

**2.** Осмысление опыта и ситуации – разыгрывая ситуацию в песочнице, ребенок имеет возможность посмотреть на нее со стороны. Этот принцип **песочной терапии** позволяет соотнести **игру** с реальной жизнью, осмыслить происходящее, найти способы решения проблемы.

**3.**Принцип обмена – в **играх с песком** ребенок и психолог легко обмениваются идеями, мыслями, чувствами. Таким образом **песочная терапия** позволяет построить партнерские взаимоотношения.

**4.** Принцип оживления абстрактных символов – **песочная терапия** позволяет сформировать чувство реальности происходящего.

**5.**Но самое главное: **песочная терапия** — это **игры с песком**, где «ПРАВИЛ НЕ СУЩЕСТВУЕТ!»

*Какова же структура занятий по методу «****песочная терапия для детей****»?*

      Сначала ребенку рассказывается, что из песка можно что-то построить, а можно на нем рисовать; по желанию, в песок добавляется вода; предлагается набор фигурок. Затем ребенка просят взять корзинку, набрать фигурок, которые понравились. Инструкции можно давать следующие: «Построй сказочный город», «Построй сказочный мир», «Построй город своей мечты».

      У детей, в отличие от взрослых, картины редко бывают статичными. Как правило, строя сказочный мир, ребенок разыгрывает сцены, озвучивая своих героев. Даже «молчуны» после нескольких занятий начинают проявлять свои эмоции в звуках, словах, репликах. Кстати, это ещё одно яркое подтверждение тому, что **песочная терапия** непосредственно влияет на **развитие речи у детей**.

      После того, как ребенок построит свою картину на песке, он должен придумать название и немного рассказать о своей работе. Если не хочет рассказывать о своей постройке, то принуждать не надо. По окончанию занятия ребенок должен сам разобрать свою работу, так как в следующий раз «сказочная страна» будет другой.

      Как правило,  на такие занятия детей берут 1-2 раза в неделю. Курс «**песочная терапия**» рассчитан примерно на 10 занятий.

**МАТЕРИАЛЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ**

      В **песочной терапии** для индивидуальных занятий с детьми или с малой группой (3-4 человека) используется водонепроницаемый деревянный ящик размерами 50х70х8см. Дело в том, что такой ящик соответствует оптимальному полю зрительного восприятия, его целиком можно охватить взглядом. На языке психологов, занимающихся **песочной терапией**, он называется «поднос». Обязательно внутренняя поверхность такой песочницы, «подноса», должна быть выкрашена в сине-голубой цвет – символ бессознательного, бесконечности, продолжения. На 2/3 объема «поднос» заполняется просеянным и прокаленным песком.

      В **песочной терапии** могут использоваться любые объекты, встречающиеся в окружающем мире, - разнообразные фигурки (максимальная высота — 8 см). Все они составляют своеобразную коллекцию для песочной терапии.

      В **песочной терапии** обычно применяют следующие группы фигурок:

* Человеческие персонажи;
* Здания (дома, замки, церкви);
* Животные;
* Машины;
* Растения;
* Постройки (мосты, ограды, ворота);
* Природный материал (ракушки, веточки, камни и т.д.);
* Символические предметы (сундуки с сокровищами, драгоценности);
* Сказочные герои (добрые и злые);
* Религиозные предметы и сувениры;
* Домашняя утварь, гайки, болты;
* Буквы, цифры, геометрические фигуры, формочки разной величины

      Если фигурок будет не хватать, можно предложить ребенку сделать их самому (нарисовать, вырезать, вылепить).

      Также необходимо иметь кувшин с водой, фотоаппарат и кисточки (не все дети сразу могут погрузить руки в песок и тем более мешать грязь голыми руками).