

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ

Пескотерапия (sand-play) – игра с песком как способ развития ребенка.

Принцип «терапии песком» был предложен ещё Карлом Юнгом, психотерапевтом, основателем аналитической терапии. Быть может естественная потребность человека «возиться» с песком и сама его структура и подсказала К.Юнгу эту идею.

Так или иначе, наблюдения и опыт показывают, что игра в песок позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей и даже взрослых, это делает прекрасным средством для "заботы о душе".

Чувства и установки, которые ребенок, возможно, боится выразить открыто, можно, ничего не опасаясь, спроецировать на выбранную по собственному усмотрению игрушку. Вместо того чтобы выражать чувства и мысли в словах, ребенок может закопать в песок ту или иную игрушку, ударить, утопить и т.д. Чувства ребенка часто невозможно выразить вербально (словами).

Формы и варианты песочной терапии определяются особенностями конкретного ребенка, специфическими задачами работы и ее продолжительностью и в зависимости от запросов родителей. Игровые методы могут применяться:

- с целью диагностики;
- с целью оказания первичной психологической помощи;
- в процессе краткосрочной психотерапии;
- в процессе долгосрочного психотерапевтического воздействия.

Во многих случаях игра с песком выступает в качестве ведущего метода коррекционного воздействия (как, например, при наличии у ребенка эмоциональных и поведенческих нарушений невротического характера). В других случаях - в качестве вспомогательного средства, позволяющего стимулировать ребенка, развить его сенсомоторные навыки, снизить эмоциональное напряжение и т.д. Часто можно использовать песочницу в качестве психопрофилактического, развивающего средства.

Часто маленькие дети затрудняются в выражении своих переживаний из-за недостаточного развития вербального аппарата, бедности представлений или задержки развития, предлагаемая техника может оказаться весьма полезной.

Игра на песке с фигурками особенно плодотворна в работе с теми детьми, которые никак не могут выразить свои переживания.

Дети с заниженной самооценкой, повышенной тревожностью и застенчивостью обычно охотно выбирают фигурки и переключают на них свое внимание. Дети же с неустойчивым вниманием весьма экспрессивны; игра дает им богатые кинестетические ощущения. Агрессивные дети легко выбирают персонажей, символизирующих "агрессора" и его "жертву". Дети, пережившие психическую травму, находят для себя такую игру весьма полезной: она помогает им заново пережить травматичное событие и, возможно, избавиться от связанных с ним переживаний.

Дети с удовольствием «возятся» с песком. Ведь это то, чем ребёнок любит заниматься, то, чего не боится. И действительно, с одной стороны ребёнку интересны игры с песком, потому что он играет. С другой стороны, у него нет страха на ошибку, так как можно быстро исправить её. Тематика и содержание игр с песком могут быть разнообразными,

в зависимости от доминирующей задачи. Основной принцип песочной терапии - создание стимулирующей среды, в которой ребёнок чувствует себя комфортно и защищёно и может проявить творческую активность. Игры с песком могут быть как индивидуальными, так и подгрупповыми. Для организации игры необходим водонепроницаемый деревянный ящик размером не более 50 x70 x8 см. Такой размер соответствует оптимальному полю зрительного восприятия ребёнка, что позволяет охватывать ящик взглядом целиком.

Работа с песком можно:

- развивать мелкую моторику рук;
- развивать артикуляционную моторику;
- совершенствовать зрительно-пространственную ориентировку;
- расширять словарный запас;
- развивать фонематический слух и восприятие;
- развивать лексико-грамматические представления, связную речь;
- корректировать звукопроизношение;

Упражнения на развитие артикуляционной моторики

«Непослушный язычок»

Губами и зубами ритмично прижимаем высунутый язычок: «мы прижмём язык зубами та-та-та, та-та-та, а затем прижмём губами пя-пя-пя, пя-пя-пя (ладошками легко похлопываем по песку).

«Качели»

Язычок ритмично поднимать за верхние и опускать за нижние зубки (ладошками, в такт движениям языка, двигаться по песку в том же направлении).

«Лошадка»

Щёлкать язычком и одновременно пальцами ритмично в такт щелчка «скакать» по песку.

Автоматизация звуков и обучение грамоте

- Заведи моторчик и проведи указательным пальцем дорожку по песку (р-р-р).
- Набери в руку песок и пой песенку водички, насыпая горку (с-с-с).
- Читай слоги, «шагая» пальцами по песку (са-ту-ко).

Развитие фонематического слуха

- Ладочки спрятать в песок. Услышав слова со звуком **с** (п,р,л) показать ладошки.
- Под слоем песка спрятаны игрушки, название которых начинается со звука **с** и **ш**. Нужно найти игрушки и положить со звуком **с** влево, а со звуком **ш** вправо.

Формирование слоговой структуры слова

- Найти в песке игрушку и, с помощью хлопков, определить, сколько частей (слогов) в её названии.
- Определить количество слогов в слове и начертить на песке столько полосок (кругов, треугольников и тд.) сколько слогов.

Совершенствование грамматического строя речи

-Нарисовать на песке домик (часики, ромашку, чайник и тд.). Когда ребёнок закроет глаза, стереть окно (стрелки, носик). Открыв глаза, ребёнок называет «чего не стало» (стрелок, носика и тд.).

-Найти в песке картинку и назвать, что изображено на ней (стулья, дома, деревья).

-Найти в песке игрушку и назвать её ласково (ёлка-ёлочка, гриб-грибочек).

Связная речь

- Рассказать вместе с ребёнком сказку, используя игрушки, найденные в песке.

Используя песочную терапию можно закреплять употребление предлогов, обогащать словарный запас, обыгрывать лексические темы и многое другое, было бы только желание использовать песочную терапию.

Используемые источники

<http://ru.wikipedia.org/wiki/>

<http://olga29011.narod.ru/sandplya.html>

<http://samopoznanie.ru/ivanovo/>

http://samopoznanie.ru/schools/pesochnaya_terapiya/

<http://vk.com/4udopeso4nica>

<http://www.imaton.ru/>

