

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Что такое песочная терапия?!

Когда дети еще совсем маленькие, они не могут объяснить родителям причины их дискомфорта, плохого настроения, беспокойств, страхов. Поэтому, как правило, все эти состояния выражаются в том, как они ведут себя во время той или иной деятельности. Недаром психологи в детских садах и начальной школе анализируют психологическое здоровье ребенка посредством его рисунков. Чтобы ребенок не делал- рисовал, делал фигурки из пластилина, играл с куклами и т.д., все это прямо отражает его переживания.

Песочная терапия включает в себя все занятия, связанные с песком- это игры с песком, песочное рисование, кинетический песок. Все эти виды деятельности имеют свои особенности и существенно отличаются по своим целям и результату.

Песочная терапия- это не просто игра с песком. Игра с песком – это отличный способ развить мелкую моторику, мышление, творческое воображение, наладить взаимоотношения с детьми.

Игра с песком впервые была применена на практике основательницей Лондонского института детской психологии Маргарет Ловенфельд. Она была первой, кто решил положить детские игрушки в песок. Она предлагала детям выстраивать на песке картины. И называла этот процесс « Мой мир». Эта методика получила название « Техника мира».

Во время игры ребенок как бы на некоторое время уходит из окружающей реальности и переходит в свой вымышленный мир, где он фантазирует, выстраивает сюжет. В результате появляются образы и символы, которые очень хорошо отражают, что было в его подсознании.

Во время такой терапии ребенок выражает себя на бессознательно-символическом уровне, как бы высвобождает то, что он не может выразить словами и эмоциями, тем самым освобождая себя самого.

У песочной терапии есть свои преимущества- песок приятен на ощупь, являясь природным материалом. Сыпучий, мягкий, вне зависимости от того, сухой он или мокрый. С ним можно проводить много манипуляций, он дает больше возможностей для раскрытия внутреннего мира ребенка. А главное, здесь не нужно иметь никаких особых навыков – ребенок не будет переживать, что у него ничего не получится.

Песочная терапия для детей дошкольного возраста- это самый простой и доступный способ психологической помощи!