

Курдюкова Ольга Геннадьевна

педагог-психолог

ГБОУ Школа №108

г. Москва

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ В СИСТЕМЕ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ УЧАЩИХСЯ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ

***Аннотация:** в данной статье поднимается вопрос целесообразности использования метода песочной терапии в системе психолого-педагогического сопровождения учащихся с интеллектуальной недостаточностью. Показано, что песочная терапия может использоваться не только как игровой момент в классно-урочной системе специального (коррекционного) образования детей с особенностями в развитии, но и как консультативная методика песочной терапии.*

***Ключевые слова:** песочная терапия, коррекционно-развивающая работа, когнитивные функции, эмоционально-волевая сфера.*

DOI: 10.21661/r-111777

В конце 1920-х годов Анна Фрейд, Эрик Эриксон, Карл Юнг, Дора Клафф заложили основной теоретический и практический фундамент песочной терапии. Ни для кого не секрет, что песок связывает нас с самыми приятными воспоминаниями: отдых на море, детские песочные забавы. Именно эти приятные моменты, которые запоминаются на всю жизнь, в дальнейшем помогают справляться с трудностями, придают сил. Поэтому в специальной психологической песочнице проводится тяжелая, глубинная работа, затрагивающая эмоции детства, юности, зрелости. В психологической песочнице мечты становятся реальностью, а трудную жизненную ситуацию можно обыграть и получить положительный жизненный опыт. Благодаря песочной терапии на многое можно посмотреть со стороны и сверху, провести мониторинг собственного эмоционального состояния.

Основателем аналитической терапии принято считать знаменитого психотерапевта Карла Густафа Юнга, основной принцип его работы считался «терапия песком». К. Юнг считал, что работа в песочнице возвращает в детство и способствует активизации архетипа ребенка. Центральным понятием юнгианской теории является «коллективное бессознательное», которое он отличает от «личностного бессознательного». Еще один принцип песочной терапии «создание свободного и защищенного пространства» предложила Дора Клафф. Благодаря данному принципу во время психотерапевтического сеанса клиент выражает и исследует свой мир, эмоциональный фон настроения ребенка или взрослого становится понятным, зримым не только психотерапевту, но и клиенту.

В настоящее время юнгианские аналитики активно используют метод песочной терапии в своей психотерапевтической практике, но многие современные специалисты, которые используют метод игры с песком, не являются юнгианскими аналитиками. Именно поэтому педагоги-психологи, учителя-дефектологи, учителя-логопеды и др. имеют возможность применять в своей педагогической деятельности песочную терапию. Классическая юнгианская песочница представляет собой деревянный ящик, окрашенный в голубой цвет, размеры которого 50*70*8 см. Психологическая юнгианская песочница примерно наполовину заполнена чистым песком, рядом с такой песочницей выстраиваются символы: маленькие игрушки, различные фигурки, камешки, ракушки (все то, из чего можно воплощать мечты и фантазии). Данные параметры психологической песочницы во время игры дают возможность для общения человека самим с собой и символами реального мира.

Стоит отметить, что как консультативная методика песочная терапия была описана в 1939 году английским педиатром Маргарет Ловенфельд. Она работала в Лондонском Институте Детской Психологии. При данном институте она создала детскую игровую комнату, в которой она установила два цинковых подноса, в одном из которых был песок, в другом вода. Рядом с цинковыми подносами стояла коробка, в которой «жили» формочки для игры в песок. Маленьким

пациентам института разрешали играть в этой комнате. Когда дети играли в песок, то картины, созданные в цинковых подносах они называли «миром». Поэтому автор называла свой игровой метод «мировой методикой».

В России данный метод консультативной и коррекционной работы распространился сравнительно недавно. Применение песочной терапии в нашей стране имеет свои специфические особенности. Российскими специалистами была разработана система развивающих песочных игр. Данные игры направлены на развитие и коррекцию не только когнитивных процессов, но и личности в целом. Песочная терапия, зарекомендовав себя, как самый безопасный метод терапии был апробирован, и признан эффективным не только по отношению к нормально развивающимся детям, но и к детям с ограниченными возможностями здоровья. Поэтому можно с уверенностью сказать, что метод игры с песком может успешно применяться как один из приемов работы в школе. Этот метод позволит педагогу-психологу сопровождать образовательный процесс. Во время сеанса песочной терапии педагог-психолог может решить сразу несколько задач: диагностика, профилактика, консультирование, коррекция.

Основные преимущества песочной терапии в образовательном процессе:

1. Так как взаимодействие взрослого или ребенка с песком благоприятно сказывается на его эмоциональном фоне настроения, то песочную терапию можно использовать как на протяжении целого занятия, так и в момент настроя на занятие (актуализации знаний).

2. Взрослым, а тем более детям с особенностями в развитии сложно выразить и описать собственные чувства и эмоции, поэтому многообразная символика песочной терапии служит не только инструментом общения между клиентом и психологом, но и носит коррекционный характер.

3. Во время сеанса песочной терапии снимаются временные барьеры благодаря тому, что появляется возможность материализовать прошлый опыт, травмы, переживания. Прошлый негативный опыт визуализируется вновь, сни-

мает контроль сознания на вербальном уровне. Символьная визуализация прошлого опыта является своеобразным мостом между вербальным и невербальным, сознательным и бессознательным, физическим и духовным.

4. Непосредственная игра в песочнице создается самим создателем без какой-либо подготовки, поэтому не имеет границ «правильно» и «неправильно», благодаря этому отражается внутренний мир создателя, а так же клиент попадает в ситуацию успешности, что немаловажно для учащихся с ограниченными возможностями здоровья.

5. Совершенствуется предметно-ролевая игра и коммуникативные навыки учащегося;

6. Так же одно из преимуществ терапии песком является возможность изменять картины, формы, сюжет, применять новые символы.

Представленные выше преимущества песочной терапии в образовательном процессе говорят нам о том, что данный вид работы дает возможность клиенту для саморазвития, и носит при этом коррекционный характер. В психологической песочнице можно создать такую среду, благодаря которой увеличивается тактильная чувствительность. Поэтому песочная среда корригирует все недостатки сенсомоторного развития учащихся с особыми образовательными потребностями. Применение метода песочной терапии на коррекционно-развивающих занятиях дает дополнительный эффект, направленный на развитие когнитивных процессов. Немаловажный момент, что на занятиях с песком у учащихся с ограниченными возможностями здоровья повышается учебная мотивация, а так же гармонизируется эмоциональный фон настроения, снимается агрессия.

В своей работе я использую песочную терапию при работе с учащимися младшей и средней специальной (коррекционной) школы. Игры с песком, используемые при работе с учащимися специальной (коррекционной) школы можно разделить на три вида: обучающие, познавательные, проективные.

Обучающие игры в основном применяются на коррекционных занятиях, как один из видов работы. Они направлены на развитие сенсомоторных навыков, тактильной чувствительности, кинестетического восприятия. Так же с песком

можно придумать различные игры, развивающие память (спрятать в начале занятия игрушку и вспомнить в конце, что это была за игрушка, спрятать в песке несколько игрушек и найти точно такие же на столе), мышление (найти в песке 4 спрятанные игрушки, сказать какая из них лишняя и почему).

Познавательные игры схожи с обучающими, они направлены на познание окружающего мира в целом. Познавательные игры можно придумывать на ходу, не включать их в специальные занятия.

Проективные игры в песочнице могут использоваться, как во время диагностики, так и во время коррекционной работы над личностной и эмоционально-волевой сферой ребенка. Такие игры особенно плодотворны в работе с детьми, которые не могут выразить свои эмоции и чувства. Дети с заниженной самооценкой, повышенной тревожностью и застенчивостью обычно охотно выбирают фигурки и переключают свое внимание. Дети же с неустойчивым вниманием весьма экспрессивны, игра дает им богатые кинестетические ощущения.

Песочная терапия может применяться при решении следующих проблем:

- девиантные формы поведения;
- сложности во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;
- психосоматические заболевания;
- тревожность, страхи, неуверенность в себе, завышенная самооценка;
- перенесенные психотравмы (угнетение сверстниками, развод родителей, сложные жизненные ситуации).

Личность каждого ребенка уникальна. «Песочная терапия» – одна из техник, которая позволяет раскрыть индивидуальность каждого ребенка, разрешить его психологические затруднения, развить способность осознавать свои желания и возможность их реализации.

Список литературы

1. Зинкевич-Евстигнеева Т. Игра с песком: Практикум по песочной терапии. – СПб., 2015.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т. Чудеса на песке: Практикум по песочной терапии / Т. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко. – 2010.

3. Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. – СПб., 2008.
4. Дора Калфф. Sandplay. – 1980.