**Песочная терапия в школе, как психологический инструмент диагностики и гармонизации личности младшего школьника.**

История песочной терапии началась в 1929 году, когда английский детский психотерапевт Маргарет Ловенфельд впервые применила песочницу в игровой терапии детей. В начале, песочница была дополнением к проективной игре с игрушками, но в скором времени она стала главной составляющей терапии и спустя некоторое время родилась базовая методика “Построение мира”, которую с успехом используют психологи-психотерапевты и в наши дни.

В становление песочной терапии огромный вклад внес Карл Юнг. Его теоретические положения о том, что создание образов является альтернативным методом психотерапии, расширило взгляды специалистов на изобразительное творчество и взаимоотношения автора со своим произведением, что и послужило основанием для Юнгианской песочной терапии.

Данный метод позволяет:

* Проработать психотравмирующую ситуацию на символическом уровне.
* Отреагировать негативный эмоциональный опыт в процессе творческого самовыражения.
* Изменения отношения к себе, к своему прошлому, настоящему и будущему, к значимым другим, в целом к своей судьбе.
* Способствует регрессу клиента к прошлому опыту с целью повторного переживания и освобождения.
* Служит дополнением к другим методам психотерапевтической работы.

Психотерапевтическая работа  в песочнице позволяют психологу решать следующие задачи:

* Диагностические:
* Коррекционные;
* Терапевтические;
* Творческого развития.

Специалисты, использующий песочную терапию, ориентируются на модель “трехстороннего переноса”, происходящего между клиентом, психотерапевтом и образом- песочницей. Песочница играет роль посредника, тем самым помогает построить более доверительную атмосферу, проработать различные вопросы на глубинном уровне, клиент может увидеть ситуацию со стороны и ему легче воспринимать критику.

Метод позитивной песочной терапии основан на юнгианском (золотом) стандарте.

Для организации песочной терапии в школе понадобится: песочница с песком, лопатка, грабельки, наборы игрушек, вода, фотоаппарат.

Песочница. Ученица Юнга Дора Кальфф предложила размеры песочницы: 49,5 \* 72,5 \* 7 см. для окраски внутренней поверхности песочницы она предложила голубой цвет, который призван напоминать о воде, глубине и высоте.

Песок- метафора времени, хаоса по Юнгу. Главный моделирующий ситуацию материал, позволяющий построить практически любую ситуацию, образ. Перед работой с песком его необходимо просеять, промыть и прокалить.

По мнению Жильбера Дюрана, который в свою очередь тоже являлся учеником Юнга, сухой песок соответствовал “дневному режиму”, а влажный “ночному”.

Вода. Вспомогательный материал для работы с песком, помогающий клиенту создавать объемные объекты, либо “ночной режим” для проработки ключевого и базового конфликтов.

В набор игрушек должны входить игрушки разных категорий: животные, птицы, люди, транспорт, деревья, дома; можно включить в набор бумагу, фольгу и прочие предметы.

Фотоаппарат. Данный инструмент необходим для запечатления промежуточных результатов и итога работы в песочнице.

Все предметы, которые необходимы для сеанса, песочной терапии очень близки и знакомы детям. Именно по- этому для детей такая терапия становится игрой, а это значит, что ребенок подходит к процессу с интересом, глубоко погружается в действие, соответственно результат получается весьма благоприятным, так как для запускаемых в ходе занятий процессов не создается психологических преград и блокировок.

Диагностическая и коррекционная работа в песочнице начинается со знакомства с песком. Психолог предлагает клиенту прикоснуться к песку и обсудить свои ощущения, детские воспоминания об игре в песочнице. Одним словом создается безопасная, доверительная обстановка.

У методики есть свои ограничения. Ее нельзя использовать, если у клиента аллергия, легочные и кожные заболевания, порезы рук.

В школьной практике мы широко используем позитивную песочную психотерапию в случаях, когда:

* ребенку трудно найти общий язык с окружающими,
* необходимо обнаружить какой- то полезный ресурс, например, качество, необходимое для хорошей учебы или повышения самооценки,
* когда возникают вопросы с самоопределением личности ( чем я хочу заниматься, в какой кружок пойти, какое хобби выбрать, куда пойти учиться),
* когда ребенку необходимо развить различные умения и навыки,
* когда необходима помощь в гармонизации личности.

При работе над вышеозвученными задачами, нам помогают методики позитивной песочной терапии: “построение мира”, “кто я”, “круг отношений”.

Методика построения мира помогает по- новому взглянуть на привычный уклад, визуализировать различные аспекты своей жизни, обозначить цели и траекторию развития, начать путь позитивных изменений.

Так, например, приходят ученики, у которых возникают конфликтные ситуации в классе, либо которым сложно адаптироваться в школьном коллективе. И тогда мы “строим” мир ребенка: изображаем его семью, друзей, школу и прочие аспекты его жизни. Если ребенок не общителен, то расширяем его мир, проигрываем и проговариваем пути увеличения количества друзей.

Методика “Кто я” направлена на проработку базового конфликта: поиск внутренней метафоры, на осознание того, кем является клиент и что ему на самом деле нужно. И такое осознание помогает понять самого себя. Такая методика хорошо помогает деткам при выборе кружков и хобби, визуализировать свои существующие и желаемые социальные роли.

Методика “Круг отношений” помогает проработать ключевой конфликт:

* исследовать отношение клиента к себе через отношение к другим;
* найти ресурс для развития тех или иных черт характера, на примере своего окружения;
* диагностировать замкнутость или общительность человека;
* выявить уровень самооценки;
* помогает достижению различных целей в сфере межличностного общения.

Песочную психотерапию мы используем как диагностику, либо в контексте цикл коррекционно- развивающих занятий, как их дополнительный элемент.

После прохождения коррекционных занятий с применением песочной терапии, у учеников начальной школы отмечаются значительные улучшения во взаимоотношениях с одноклассниками и педагогами, меняется стиль поведения и взаимодействия с окружающими.

Песочная терапия способствует развитию творческих начинаний у учеников. Мотивирует на дальнейшее совершенствование.