

# Использование песочной игры в школьной практике

*Людмила Кудрявцева, школьный психолог*

**ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ СПОСОБСТВУЕТ РАЗВИТИЮ ЛИЧНОСТИ, СОЗНАНИЯ, ПОВЫШЕНИЮ САМООЦЕНКИ, СНИЖЕНИЮ АГРЕССИИ И ТРЕВОГИ, РАЗВИТИЮ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ И, ЧТО ОСОБЕННО ВАЖНО, СОЗДАНИЮ СВОЕГО БЫТИЯ.**

Игра с песком как психотерапевтический метод впервые была описана английским педиатром Маргарет Ловенфельд в 30-х годах прошлого века. В последующие годы этот метод получил развитие, в основном, в рамках юнгианского анализа, но затем его стали использовать психотерапевты и психологи других направлений, и сегодня можно говорить о возрастающей популярности этого метода в психотерапии, консультировании, в образовании, медицине, социальной работе, логопедии и др.

В Эстонии первые специалисты в области юнгианской песочной терапии появились несколько лет назад. Они получили специальное обучение и стали активно использовать этот метод в психологическом консультировании. В дальнейшем количество специалистов увеличилось и в настоящее время уже в нескольких школах психологи успешно применяют песочную игру как эффективную технику при работе с детьми, решая при этом различные задачи.

Несколько слов о том, что представляет собой метод песочной игры, который осуществляется в условиях специально оборудованного кабинета. Обычно для игр с песком используют два деревянных подноса размером 50х70 см, один для сухого песка, другой — для мокрого (в стеснённых условиях можно ограничиться одним подносом с сухим песком). Кроме этого, специалист по песочной терапии должен позаботиться о полноценной коллекции миниатюрных фигурок и предметов, несущих символическое значение разных аспектов Мира.

Ребёнок, подросток или взрослый создают на песке композиции: сюжетные или абстрактные, статичные или динамичные, используя песок, предметы из коллекции, а также, в некоторых случаях, воду. Как утверждают психотерапевты юнгианского направления, консультант (или

другой специалист песочной терапии) создаёт «безопасное и защищённое пространство, в котором могут реализовываться целительные возможности психики... Игра с песком предоставляет ребёнку возможность избавиться от психологических травм с помощью эктериоризации фантазий и формирования ощущения связи и контроля над своими внутренними побуждениями.» (Джон Аллан, 1997)

Песочная игра имеет ряд замечательных особенностей, делающих её чрезвычайно привлекательной для использования в школьной практике.

Во-первых, песочница и коллекция фигурок занимают немного места и могут быть установлены даже в маленьком кабинете.

Во-вторых, песочная игра может быть использована и как диагностическая техника, и как арт-метод для развития креативности и самопознания, и как психотерапевтическая техника, и как средство создания доверительных отношений между психологом и ребёнком или подростком.

В-третьих, песочная игра может рассматриваться как форма игровой терапии и использоваться для развития личности ребёнка, а также в целях коррекции поведения или нарушений развития.

В зависимости от того, какой теоретической модели придерживается консультант или терапевт и какие цели он ставит перед собой в отношении клиента, песочная игра будет использоваться по-разному. При этом совершенно необходимо, чтобы соответствующий специалист (психолог, социальный работник, педагог и др.) прошёл обучение в области песочной терапии.

Существует ряд проблемных ситуаций в школе, которые трудно, а иногда невозможно решить без использования игровых техник. В первую

очередь, к ним относятся проблемы младших школьников с трудностями в обучении, поведении, общении. Очень часто эти дети с трудом выражают свои мысли и чувства с помощью слов. К этому нередко добавляется моторная неловкость, т. е. дети не любят рисовать, неловки в движениях и потому избегают всякой деятельности и взаимодействия, где проявляется их «слабость».

Поскольку игра с песком имеет невербальный характер, привлекательна из-за богатства стимульного материала, не требует наличия художественных способностей и практически исключает всяческие неудачи, то дети буквально с первых минут погружаются в игру и готовы приходить к песочнице вновь и вновь.

Другая категория школьных клиентов — это проблемные подростки. Эту группу школьников очень трудно завлечь в кабинет психолога даже один раз. И в этом случае песочница оказывает магическое воздействие. Обязательно найдутся фигурки, которые привлекут подростков и с помощью которых они готовы сделать на песке композицию. Созданные сюжеты или картины становятся объектом внимания подростка и психолога и тем объединяющим фактором, «толчком» к беседе в нужном направлении, которая развивается естественно и непринуждённо.

Песочница может быть успешно использована в работе с семьёй для рефлексии стилей взаимодействия «ребёнок — родитель» и анализа внутрисемейных отношений. Вслед за анализом возможна работа над изменением неудовлетворительных отношений. Трудно найти замену песочнице для этих целей в рамках кабинета школьного психолога. Песочная игра даёт хорошие результаты в работе с аутичными, шизоидными, истероидными, тревожными, агрессивными и другими проблемными детьми при включении их в пары, тройки с другими учащимися с целью развития коммуникативных навыков. В индивидуальной работе песочница способствует развитию личности, сознания, повышению самооценки, снижению агрессии и тревоги, развитию творческих способностей и, что особенно важно, созданию своего бытия, дефицит которого обнаруживается у многих проблемных детей.

*Эстония, Таллинн*