

«Часто руки знают, как распутать то,
над чем тщетно бьется разум»

К.Г. Юнг

«Сказка, рассказанная на песке. Применение метода песочной терапии в работе с детьми и подростками, попавшими в трудную жизненную ситуацию»

Коррекционно-развивающая методика – «Сказка, рассказанная на песке. Применение метода песочной терапии в работе с детьми и подростками, попавшими в трудную жизненную ситуацию» направлена на организацию психолого-педагогической работы с обучающимися, воспитанниками, испытывающими затруднения в обучении и развитии, обусловленные трудной жизненной ситуацией.

Определение понятия «трудная жизненная ситуация» дано в статье 3 Федерального закона от № 195-ФЗ «Об основах социального обслуживания населения в Российской Федерации» (принят 10 декабря 1995 г.; в ред. 22 августа 2004 г.). Трудная жизненная ситуация - ситуация, объективно нарушающая жизнедеятельность гражданина (инвалидность, неспособность к самообслуживанию в связи с преклонным возрастом, болезнью, сиротство, безнадзорность, малообеспеченность, безработица, отсутствие определенного места жительства, конфликты и жестокое обращение в семье, одиночество и тому подобное), которую он не может преодолеть самостоятельно.

В статье 1 Федерального закона Российской Федерации от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка Российской Федерации» (в ред. от 30 июня 2007 г.) сформулированы типичные трудные жизненные ситуации для ребенка. Дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации:

- дети, оставшиеся без попечения родителей; дети - инвалиды; дети, имеющие недостатки в психическом и (или) физическом развитии; дети - жертвы вооруженных и межнациональных конфликтов, экологических и техногенных катастроф, стихийных бедствий; дети из семей беженцев и вынужденных переселенцев; дети, оказавшиеся в экстремальных условиях; дети - жертвы насилия; дети, отбывающие наказание в виде лишения свободы в воспитательных колониях; дети, находящиеся в специальных учебно - воспитательных учреждениях; дети, проживающие в малоимущих семьях; дети с отклонениями в поведении; дети, жизнедеятельность которых объективно нарушена в результате сложившихся обстоятельств и которые не могут преодолеть данные обстоятельства самостоятельно или с помощью семьи.

Коррекционно-развивающая методика направлена на преодоление проблем и компенсацию возникших трудностей для наиболее успешной адаптации детей и подростков в образовательной среде.

Описание целей и задач методики

Применение метода песочной терапии – одного из психотерапевтических, психокоррекционных, развивающих методов, направленных на разрешение личностных проблем, обусловлено необходимостью психолого-педагогической помощи детям и подросткам в преодолении и разрешении трудной жизненной ситуации.

Таким образом, цель методики: оказать позитивное влияние на эмоциональное самочувствие детей и подростков, снизить уровень тревожности, агрессивности, нормализовать социальное поведение детей и подростков, создать ребёнку обстановку внешней безопасности, внутренней защищённости, оказать максимальную поддержку в трудной жизненной ситуации.

Задачи:

1. Психологическая реабилитация детей и подростков, попавших в трудную жизненную ситуацию.
2. Развитие эмоционально-волевой сферы детей и подростков.
3. Развитие вербальной и невербальной коммуникации детей и подростков.
4. Развитие социальных навыков.

Основными принципами организации коррекционного психолого – педагогического процесса являются:

- ☐ Учёт общих, специфических и индивидуальных особенностей развития детей и подростков;
- ☐ Комплексный подход к диагностике и коррекционной помощи детям и подросткам;
- ☐ Дифференцированный подход к детям в зависимости от их психологического состояния и способов сохранения психологического здоровья, включая применение специальных форм и методов работы с детьми и родителями, методик индивидуального сопровождения;
- ☐ Обеспечение соблюдения этических принципов работы педагога-психолога в условиях ГБОУ ОЦДиК;
- ☐ Система работы по повышению психолого-педагогического потенциала семьи;
- ☐ Обеспечение оптимальных условий для психологической реабилитации детей и подростков, попавших в трудную жизненную ситуацию их родителей.

Участники проекта

Программа коррекционно-развивающих и консультативно-профилактических занятий (песочных сессий) разработана для детей и подростков, попавших в трудную жизненную ситуацию их родителей/законных представителей.

Данный проект, в первую очередь, рассчитан на семьи детей и подростков, попавших в трудную жизненную ситуацию, которые обращаются за консультативной и иными видами психолого-педагогической помощи непосредственно в ГБОУ ОЦДиК, либо направляются в наш Центр

из иных учреждений образования и здравоохранения Челябинской области и г. Челябинска.

Научно-методические и нормативно-правовые основания разработки и реализации проекта

Проект основывается на следующих научно обоснованных подходах:

- Культурно-исторический подход к развитию человека (Л. С. Выготский) определяет ряд принципиальных положений Программы (необходимость учёта интересов и потребностей ребёнка, его зоны ближайшего развития, ведущей деятельности возраста; понимание взрослого как главного носителя культуры в процессе развития ребёнка; организацию образовательного процесса в виде совместной деятельности взрослого и детей и др.).
- Деятельностный подход предполагает активное взаимодействие ребёнка с окружающей его действительностью, направленное на её познание и преобразование в целях удовлетворения потребностей. Любая человеческая деятельность включает в себя ряд структурных компонентов: мотив, цель, действия, продукт, результат. Выпадение хотя бы одного из них размывает понятие деятельности. Поэтому образовательный процесс должен быть построен таким образом, чтобы каждый ребёнок не просто осуществлял видимую, операциональную сторону деятельности, но был при этом активно-положительно мотивирован на достижение цели, добивался ожидаемого результата. Только в этом случае можно вести речь о реализации деятельностного подхода.
- Личностный подход в широком значении предполагает отношение к каждому ребёнку как к самостоятельной ценности, принятие его таким, каков он есть. Практические выходы личностного подхода: приоритетное формирование базиса личности ребёнка; мотивация всего образовательного процесса: ребёнок усваивает образовательный материал только тогда, когда тот для него из объективного (существующего независимо от человека) становится субъективным (лично значимым); утверждение в образовательном процессе субъект-субъектных (партнёрских) отношений между взрослыми и детьми.
- Культурологический подход ориентирует образование на формирование общей культуры ребёнка, освоение им общечеловеческих культурных ценностей.
- Общенаучный системный подход позволяет рассматривать Программу как систему, в которой все элементы взаимосвязаны. Один из главных признаков этой системы – её открытость. Программа не догма, а документ рамочного характера, в котором «возможны варианты» – изменения, дополнения, замены [1].

Нормативно-правовые основания разработки и реализации проекта

Программа основывается также на универсальных ценностях детства, зафиксированных в нормативно-правовых актах:

- «Конвенция о правах ребенка» (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990);
- «Конституция Российской Федерации» (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ)
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 N 124-ФЗ (ред. от 17.12.2009);
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- Федеральный закон от 24.06.1999 N 120-ФЗ (ред. от 26.07.2019) «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 N 223-ФЗ (ред. от 29.05.2019);

в которых установлено право каждого ребёнка на качественное образование, на развитие личности, на раскрытие индивидуальных способностей и дарований; образовательная деятельность должна строиться на уважении к личности ребёнка, к родителям как первым воспитателям и к укладу семьи как первичного места социализации ребёнка. Дети – это особая категория лиц, для которых государством устанавливаются усиленные меры защиты. Родителями, иными лицами, государством должны обеспечиваться интересы детей, нормальная среда обитания, благоприятные для их развития и жизни условия.

Описание используемых методик, технологий, инструментария со ссылкой на источники

Песочная терапия – научно обоснованный метод креативной терапии, проверенный многолетней практикой квалифицированных специалистов в области психологии. В бессознательном состоянии руки человека становятся языком его внутреннего мира, с помощью которого он строит образы и сюжеты. Анализ песочного творчества приводит к раскрытию внутреннего потенциала, выявлению различных психологических травм, нахождению путей избавления от них. Посредством терапии можно решить многие проблемы и найти выход из любой жизненной ситуации, оценить уровень агрессии, и избежать стрессов. Погрузившись в творческий процесс, человек начинает лучше понимать себя, контролировать собственное поведение и поведение других [7].

Наблюдение и опыт показывают, что игра в песок позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей и взрослых, снижает уровень тревожности, агрессивности, нормализует социальное поведение, позволяет провести коррекцию детско-родительских отношений, создает ребёнку обстановку внешней безопасности, внутренней защищённости, позволяет оказать ему максимальную поддержку. В условиях работы ГБОУ ОЦДиК существует возможность внедрения комплексной работы специалиста с

детьми и подростками, а также и родителями в естественной деятельности – различных играх с песком в паре «ребёнок – родитель» или «ребенок – родители».

Песочная психотерапия, возникшая на базе аналитической психологии, позволяет ребенку «вести диалог» не только и не столько с окружающим миром, сколько с самим собой. Песочная психотерапия является для многих детей и подростков естественной игрой, которая не вызывает у них настороженности и чувства страха, позволяет в безопасной обстановке выразить на песочном поле все свои страхи, боль и отреагировать их. При всей, казалось бы, простоте и доступности данного метода работы с детьми и подростками, психолог должен обладать не только профессиональными знаниями, умениями и опытом, но и быть очень эмпатичным к детям, так как во время встречи/песочной сессии происходит раскрытие глубинного Я ребенка и построение целостной картины его внутреннего мира, выраженное здесь и сейчас. С помощью песочных фигурок и созданных «песочных картин» дети приобретают немаловажный опыт выхода из кризисных ситуаций путем самостоятельного разрешения проблемы на символическом уровне. Для детей и подростков, попавших в трудную жизненную ситуацию, песочная терапия - это возможность здесь и сейчас исследовать свой внутренний мир при помощи миниатюрных фигурок, подноса с песком, при необходимости использовать и воду, находясь в контакте с психологом и своим внутренним миром. Ощущение свободы и безопасности самовыражения дают детям и подросткам возможность выразить то, для чего иногда трудно подобрать слова, соприкоснуться с тем, к чему трудно обратиться напрямую, рассмотреть то, что обычно сокрыто от сознания. Преимущество данного метода в том, что возможность самовыражения в песочной терапии не ограничивается словесным выражением. Также как один символ или образ может выразить больше, чем сотня слов, фигура или сцена, построенная ребенком, может передать чувства, эмоции, конфликты, не доступные словесному выражению по тем или иным причинам, например, в том случае, если переживания ребенка настолько остры и болезненны, что соприкасаться с ними напрямую тяжело.

К тому же, создание песочных композиций – в отличие от рисунка, например – не требует каких-либо особых умений. Песочная терапия - уникальный способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития. Песочная терапия дает возможность прикоснуться к глубинному, подлинному Я, восстановить свою психическую целостность, собрать свой уникальный образ, картину мира.

Песочная терапия ориентирована на присущий каждому человеку внутренний потенциал здоровья и силы. Её акцент - на естественном проявлении мыслей, чувств и настроений в творчестве, принятие человека таким, какой он есть, вместе со свойственными ему способами самоисцеления и гармонизации.

В своей деятельности я придерживаюсь позиции, выделенной Кулавиной Н.Н. http://2011-psiologia.blogspot.com/2013/11/blog-post_13.html?m=1 - «присоединившись» к клиенту, следовать за ним, доверяя собственной личной и профессиональной интуиции.

Здесь действуют три правила:

1. Присоединение к клиенту. Как уже отмечалось, песочная картина содержит огромную информацию о внутреннем мире и актуальном состоянии человека. Понять запрос клиента, почувствовать ритм его песочной картины, увидеть ее проблемные и ресурсные ипостаси, ощутить неповторимый образный строй картины - все это входит в понятие присоединения. На основании присоединения специалист «следует за клиентом», помогая ему осознавать собственные ресурсные и уязвимые места.

2. Искренняя заинтересованность событиями и сюжетами, разворачивающимися в песочнице. Рассматривая картину клиента, специалист как бы сочетает в себе две ипостаси. С одной стороны, это любознательный открытый ребенок, которому чрезвычайно интересно, что происходит в том мире, который создал клиент. С другой стороны, это мудрец, стремящийся найти истину. Искренний интерес к внутреннему миру клиента, отображенному в песочнице, присоединение к клиенту, -- все это позволяет специалисту выстраивать позитивную внутреннюю динамику человека, обратившегося за помощью.

3. Строгое следование профессиональной и общечеловеческой этике. Безусловно, «песочный терапевт» не может в присутствии клиента без спроса изымать фигурки из песочницы, перестраивать картину или представлять некоторое оценочное суждение. Внутренний мир человека достаточно хрупок, и только этический кодекс и профессионализм специалиста может защитить клиента от травмы.

Также в процессе работы психолог использует:

Присоединение к ребенку. Песочная картина, создаваемая ребенком, содержит богатую информацию о его внутреннем мире и актуальном состоянии. Понять ребенка и его проблемы, почувствовав ритм песочной картины, ощутив неповторимый образный строй картины — все это входит в понятие присоединения.

Искренняя заинтересованность событиями и сюжетами, разворачивающимися в песочнице. Рассматривая картину ребенка, специалист как бы сочетает в себе две ипостаси. С одной стороны, это любознательный открытый путешественник, которому чрезвычайно интересно, что происходит в том мире, который создал ребенок. С другой стороны, это мудрец, стремящийся найти истину.

Строгое следование профессиональной и общечеловеческой этике. Это правило является одновременно и обязательным условием для любого рода профессиональной помощи человеку. Педагог не может в присутствии ребенка без спроса изымать фигурки из песочницы, перестраивать картину или высказывать оценочное суждение. Внутренний мир человека

чрезвычайно хрупок, и только строгое соблюдение этического кодекса и высокий профессионализм специалиста могут защитить ребенка от психической травмы.

Песочная терапия как любой проективный метод требует высокого профессионализма от специалиста, сосредоточенности, терпения и концентрации на процессе. Специалист должен быть готов оказывать клиенту поддержку, «взять» на себя роль помощника т.к. процесс песочной терапии часто вызывает сильные эмоции, делает видимым те события или состояния, которые до сих пор клиентом не осознавались. Есть множество качеств и навыков, которыми должен обладать песочный терапевт для эффективной работы с клиентом. Во-первых, ему необходимо хорошо знать и понимать все этапы развития человека, в том числе этапы развития его психологических процессов, и многое другое. Во-вторых, он должен иметь представление о человеческом теле, органах и соматических болезнях.

В зависимости от собственного понимания целей психологической работы, специалист может сделать акцент либо на «отреагирование», либо на самопознание, либо на сознательное моделирование некоторых состояний в песочнице.

Возможности «песочной терапии»

Творчество в песочнице для детей подростков, а также и взрослых, если они принимают участие в песочной сессии, представляет процесс взаимодействия создания страны, которая является проекцией внутреннего мира.

Ландшафт в песочном пространстве символизирует карту клиента. Это могут быть горы, равнины, реки, моря и океаны, дороги, леса и т.д. В момент построения мира ребенок иногда может погрузиться в легкое трансовое состояние, фокусируясь на своей проблеме и выходе из проблемной ситуации. Ландшафт показывает, какой путь выбран, как он будет пройден.

В песочной терапии при работе с детьми и подростками, попавшими в трудную жизненную ситуацию, психолог может дополнительно использовать сказки, легенды, мифы, притчи, которые подбираются в зависимости от проблемы ребенка. Сюжет при этом должен быть ему доступен и понятен.

Так как метод базируется на сочетании невербальной (процесс построения композиции) и вербальной (рассказ о готовой композиции, сочинение истории или сказки, раскрывающий смысл композиции) экспрессии клиентов, то он может успешно применяться в работе с детьми (старше 5 лет) и подростками.

В практике нашей работы данный метод применялся в работе с детьми и подростками, попавшими в трудную жизненную ситуацию, а именно

- сложности во взаимоотношениях со взрослыми (родителями, учителями) и сверстниками;
- психологическое или физическое насилие;
- повышенная тревожность, страхи;

- сложности, связанные с изменениями в семье (развод, появление младшего ребенка, и т.д.) и в социальных ситуациях (адаптация к жизни в социуме).

Чаще всего детям и подросткам мы предлагаем строить картины на темы:

Примерные темы для детей: «Мой детский сад», «Волшебная страна», «Моя семья», «Я и мои друзья», «Моя школа/класс», «Сказочный город/страна», и т. п.

Примерными темами для подростков могут быть: «Я и мир, который меня окружает», «Я реальное», «Я идеальное», «Мое будущее», «Все, что я люблю», «Смыслы жизни», «Моя семья», «Моя жизнь через ...лет». «Мир Добра и Зла», «Подвиг героя» и т. п.

Не всегда на первой встрече дети и особенно подростки готовы «работать» с психологом, поэтому мы предлагаем использовать некоторые готовые темы:

«Работа с ограниченным числом объектов»

В целях сужения проблемного поля ребенку предлагается выбрать из коллекции 12 объектов:

- Выбери и поставь в песочницу четыре строения (здания, заборы, мосты и т.п.).
- Выбери и размести в песке четыре животных.
- Выбери и размести в своем мире четверых людей.
- Выбери и размести в песочнице четыре любых других объекта, которые тебе захочется добавить в свой мир.

«Прятки»

Многие дети в процессе строительства мира закапывают фигурки в песок. Данный вариант игры изначально позволяет это сделать. Ребенку предлагается выбрать одну или несколько фигур, которые ему хотелось бы спрятать. Психолог отворачивается и не смотрит. Затем он просит ребенка отыскать какую-либо фигуру в песке и рассказать о ней. Все спрятанные фигуры должны быть найдены.

Другой вариант игры — «Обратные прятки». Психолог выбирает из коллекции значимые, на его взгляд (исходя из проблемы ребенка), фигуры и прячет их в песок. Ребенок в этот момент отворачивается. Затем психолог предлагает ребенку отыскать фигуру в песке и рассказать о ней или придумать про нее историю

«История»

Психолог предлагает ребенку выбрать фигуру, которая станет главным героем истории, и разместить ее в подносе с песком. Затем ребенок должен начать придумывать историю или сказку постепенно добавляя в песочницу необходимые объекты и действующие лица. История заканчивается вместе с выбором последней фигурки. Обязательное условие игры — постепенный выбор объектов.

Другой вариант — «Обратная история». Психолог рассказывает ребенку психокоррекционную или психотерапевтическую историю, постепенно выстраивая мир в песке. Рассказ осуществляется от третьего лица. Ребенок слушает и наблюдает за появлением каждого нового героя или объекта в мире. Между фигурами можно проводить диалоги, расставлять их и проговаривать чувства, проигрывать различные ситуации и конфликты, договариваться о чем-либо.

«Событие»

Психолог предлагает ребенку воссоздать с помощью фигурок какое-либо (травматическое или ресурсное) событие в песочном подносе. Затем событие оживает, восстанавливается история диалоги. В ситуации проигрывания травматического опыта психолог предлагает ввести дополнительные фигуры, позволяющие изменить событие, что-либо перестроить в подносе, найти выходы и решения.

Готовый мир исследуется по классической схеме.

Разыгрывая разнообразные сюжеты на песке, ребенок получает опыт символического решения трудных жизненных ситуаций. Этот опыт в виде «материала» переходит в бессознательное и через некоторое время в поведении ребенка происходят изменения — полученный опыт разрешения той или иной ситуации он начинает применять своей реальной жизни.

При анализе песочных картин можно выявить существующие психологические проблемы:

1) Внутренние конфликты.

Конфликты может увидеть невооруженным глазом и неспециалист, когда отображаются картины борьбы, сражений добра и зла. В итоге зло побеждает и песочная страна на стадии разрушения.

2) Агрессия, ее уровень и направленность.

Когда на песке есть персонаж, на которого направлена агрессия. Это очень высокий уровень агрессии.

3) Конфликт с близкими людьми.

В таких моментах может происходить противостояние или противоборство героев, которые в данный момент являются отражением людей из реального окружения.

Развитие ребенком сюжета в песочнице помогает психологу видеть динамику продвижения в процессе, застойные ситуации, которые требуют дополнительного ресурса либо проработки, показывает на каком этапе находится ребенок. Цикл, через который проходит сюжет песочных картин, может длиться несколько месяцев. Циклы сменяют друг друга вместе со сменой актуального внутреннего конфликта ребенка.

Топография песочных картин также дает много материала психологу для понимания состояния ребенка. Существует несколько схем песочной топографии, наиболее известные - Доры Каллф, Т. Зинкевич-Евстигнеевой, по которым можно увидеть: что актуально для клиента, что связано с матерью, что с отцом, что представляет из себя персона, теневые аспекты. Можно увидеть, как воспринимает ребенок сам себя, свое место в социуме;

наличие резервных сил, состояние прогресса или регресса; проявляется невротическая, пограничная или психотическая составляющие.

При проведении анализа важно учитывать уникальность клиентов, прежде всего их личное восприятие мира.

Любая психопрофилактика проводится для того, чтобы не допустить проблемных ситуаций. В песочнице можно разыграть любые жизненные ситуации, переосмыслить их и найти правильное решение.

Песочница – прекрасный инструмент, который позволяет пересмотреть многие события жизни: психологические травмы, проблемы в отношениях, личностный рост.

Песочная терапия в отличие от других методик позволяет человеку создавать собственный мир, который откроет путь к самым сокровенным мыслям, мечтам и чувствам. Этот мир можно ощутить, изменить, рассмотреть, и даже фотографировать.

Песочная терапия способна активизировать ресурсы самоисцеления и продвижение человека к психологическому здоровью. Созданный образы на песке есть отражение внутреннего мира и бессознательного состояния, позволяют понять себя.

В песочнице рождаются новые жизненные программы и приобретаются сила и уверенность для их реализации.

И когда человек заканчивает взаимодействие с песком, перед нами – человек ИЗМЕНИВШИЙСЯ. Он прошёл какой-то кусочек своего пути и стал хотя бы немного ближе самому себе.

Работа с песком, моделирование «миров» в песочнице развивает личность всех участников процесса: психолога и ребенка, родителя и ребенка, создается невидимый мост между ребенком и взрослым, сближаются родители и дети.

Приведем примерный конспект ЗАНЯТИЯ/ПЕСОЧНОЙ СЕССИИ

Цель: Предоставление ребёнку возможности проецирования и вынесения во вне своих эмоциональных проблем и разрешения их на символическом уровне.

Задачи:

1. Снятие психоэмоционального напряжения.
2. Предоставление ребёнку возможности выражения, проигрывания и разрешения на символическом уровне тревожащих ситуаций.
3. Закрепление полученного опыта успешной деятельности.

Содержание занятия

1. Этап ориентации.

Создание мотивационного и эмоционального настроя на занятие: Занятие начинается с приветствия и сообщения ребёнку о том, как будет проходить занятие. Затем, ребёнку предлагается подойти к песочнице и коллекции миниатюрных фигурок.

2. Содержательный этап.

- 2.1 Психолог формулирует инструкцию:

«Возьми лоток и выбери фигурки, которые привлекают твоё внимание. Ты можешь выбрать фигурки не ТОЛЬКО те, которые тебе нравятся. Это могут быть злые или страшные персонажи. Представь, что ты Волшебник. Ты долго путешествовал по свету в поисках места, где ещё не ступала нога человека. И наконец, ты нашёл такое место. С помощью выбранных фигурок, преврати эту пустыню в какую-нибудь страну, город, словом такое место какое ты захочешь.

2.2 Ребёнок создаёт песочную картину (психолог не вмешивается в этот процесс).

2.3 Знакомство с песочной картиной. Психолог обращается к ребёнку со следующими вопросами:

- Что это за страна или место?
- Какие существа населяют её?
- Какой у них характер?
- Чем они занимаются? и т.д.

2.4 Объективизация трудностей, конфликта.

Ребёнку предлагается представить, что появилось нечто (силы зла: дракон, чудовище, ураган и т.п.), разрушающее созданный на песке мир. При этом ребёнку даётся возможность действовать самостоятельно, отыгрывая свои негативные эмоции.

2.5 Выбор помощи и поиск ресурсов. При помощи вопросов (Что будет с жителями страны? Кто сможет им помочь? и т.д.) психолог побуждает производить реальные изменения в песочной картине.

3. Этап завершения.

На этом этапе:

1. Психолог сообщает, сколько времени осталось до завершения занятия.

2. Ребёнку предлагается в течение этого времени сделать с этой страной что-то ещё, то что ему хочется.

3. Психолог интересуется эмоциональным состоянием ребёнка, его мыслями и чувствами, которые возникали во время игры, обсуждает с ним полученный опыт.

4. После того как игра завершена, психолог спрашивает, понравилась ли она и говорит о том, что на следующем занятии ребёнок снова сможет поиграть в неё, если захочет.

Сроки, этапы и алгоритм реализации проекта

Проект реализуется на базе ГБОУ ОЦДиК с 2018 года.

Ожидаемые результаты реализации проекта

В результате реализации программы возможно оказать позитивное влияние на эмоциональное самочувствие детей и подростков, снизить уровень тревожности, агрессивности, нормализовать социальное поведение детей и подростков, провести коррекцию детско-родительских отношений, создать ребёнку обстановку внешней безопасности, внутренней защищённости, оказать ему максимальную поддержку в трудной жизненной ситуации. А также возможно развитие эмоционально-волевой сферы детей и подростков; развитие вербальной и невербальной коммуникации детей и подростков; развитие социальных навыков; повышение психолого-педагогического потенциала семьи.

Представляемый Проект, как и любой другой метод психотерапевтического процесса, не может быть однозначно стандартизирован. В практике песочной терапии не существует единых стандартов проведения, оценивания и интерпретации создаваемых клиентом песочных картин. В связи с этим, оценить эффективность, а, тем более, выразить ее в цифровом эквиваленте – задача невыполнимая. Но, несмотря на это, некоторые параметры эффективности внедрения проекта поддаются измерению. Например, можно определить насколько эффективна методика при коррекции личностной тревожности ребенка.

Оценивая эффективность, мы ориентировались на исследования эффективности песочной терапии в целом. Проект представляет собой компиляцию имеющихся методик проведения психотерапевтического или психоконсультационного сеансов с использованием песка и воды.

Так, например, Е. Вейнриб определяла эффективность песочной терапии тремя моментами.

Первый момент: как невербальная форма психотерапии «песочница» позволяет установить доступ к глубоким невербальным уровням психики.

Второй момент - песочная терапия позволяет активизировать самоисцеляющие возможности психики, которые скрыты в бессознательном.

И третий момент - песочная терапия обеспечивает «творческий регресс», который запускает механизмы самоисцеления.

Как показали исследования современных специалистов (Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М., Сакович Н.А.), песочная терапия эффективна при необходимости гармонизации «психического хаоса». Страх, застенчивость, конфликтность, агрессивность, пережитое насилие или потеря близкого человека, нарушения межличностного взаимодействия - вот далеко неполный перечень проблем, решение которых возможно посредством использования песочной терапии.

Основным критерием результативности внедрения проекта служат результаты индивидуальной программы работы с детьми и подростками.

Сведения о практической апробации программы на базе организации: место и срок апробации, количество участников

В ГБОУ «Областном центре диагностики и консультирования» г. Челябинска с 2018 учебного года педагогом-психологом ЦПМПК реализуется проект «Сказка, рассказанная на песке. Применение метода песочной терапии в работе с детьми и подростками, попавшими в трудную жизненную ситуацию».

Периодичность встреч индивидуальна, но не реже 2 раз в месяц с ребенком, 1 раз в месяц с родителями (консультативно либо совместно с ребенком). В проекте предусмотрено индивидуальное консультирование родителей. В работе применяется следующая документация:

- протокол диагностической сессии по методу песочной терапии;
- протокол индивидуальной/семейной сессии по методу песочной терапии с указанием даты проведения, материалов, используемых в работе.

1. Результаты, подтверждающие эффективность реализации проекта

Предполагаемые результаты (объемные показатели, количественные характеристики работы):

- ☐ сравнительные результаты диагностики тревожности в начале реализации по завершении проекта;
- ☐ качественные результаты индивидуальной работы с детьми, полученные психологом;
- ☐ выполнение родителями рекомендаций специалистов.

По итогам 2018, 2019 годов проведено более 50 песочных сессий: 40 индивидуальных с детьми и подростками, 10 с родителями и детьми, более 30 консультаций.

Для иллюстрации результативности нашей работы представим сравнительные результаты диагностики уровня тревожности детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации (ситуация развода родителей) в начале реализации и по завершении проекта по методу песочной терапии за 2018-19 учебный год.

В диагностике по методике «Кактус» М.А. Панфиловой приняли участие 12 детей в возрасте 7-8 лет. Родители по методике Опросник «Уровень тревожности ребенка» Лаврентьева Г.П., Титаренко Т. М. (не у всех детей участвовали оба родителя, у 7 детей только один из родителей).

Сравнение полученных результатов характеризует результативность проведения программы.

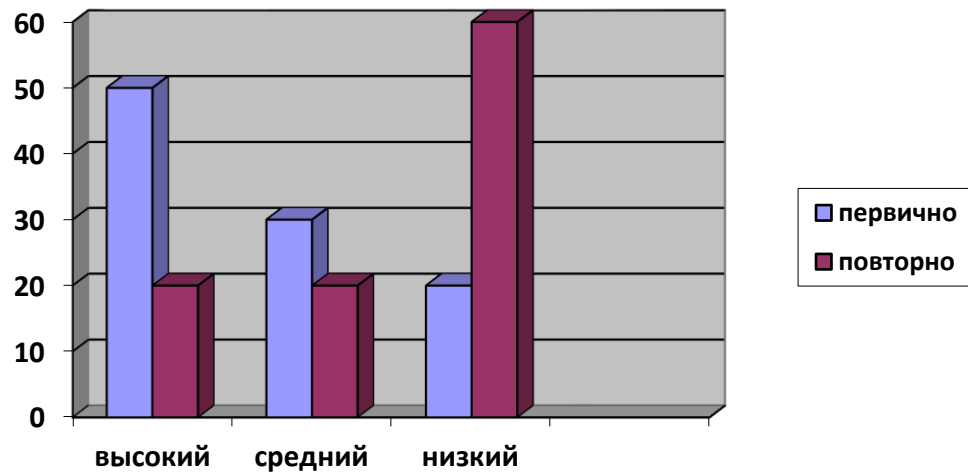


Рис. 1. Сравнение уровня тревожности у детей 7-8 лет в ситуации развода родителей на первичной (до проведения песочной терапии) и повторной (после проведения) диагностике по методике «Кактус»

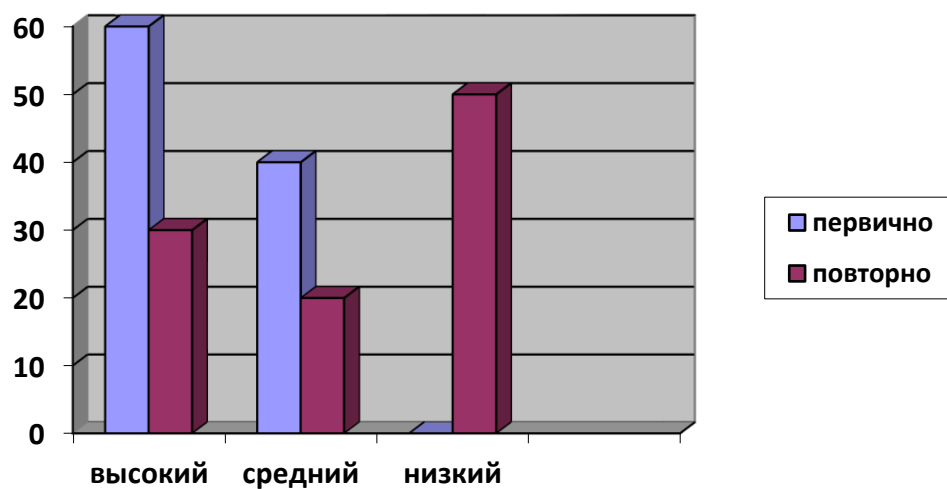


Рис. 2. Сравнение уровня тревожности у детей 7-8 лет в ситуации развода родителей на первичной (до проведения песочной терапии) и повторной (после проведения) диагностике по методике «Уровень тревожности ребенка»

Подтверждение соблюдения правил заимствования (список литературы)

1. Бережная Н.Ф. Использование песочницы в коррекции эмоционально – волевой и социальных сфер детей дошкольного возраста. // Дошкольная педагогика. – 2007. – №1.– с.50.
2. Буянов, М.И. Ребенок из неблагополучной семьи [Текст] / М.И. Буянов. – Москва: Речь, 1998. – 268 с.
3. Головин, С.Ю. Словарь практического психолога [Текст] / С.Ю. Головин. – Минск: Академия, 1998. – 280 с.
4. Грабенко, Т.М., Зинкевич – Евстигнеева, Т.Д. Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры [Текст] / Т.М. Грабенко, Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева. – СПб., 2004.
5. Грабенко, Т.М., Зинкевич – Евстигнеева, Т.Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия // Детский сад со всех сторон. – 2001. – 38 (44).
6. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Чудеса на песке. Практикум песочная терапия [Текст] / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб: Речь, 2002. – 224 с.
7. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Грабенко, Т. М. Практикум по креативной терапии. [Текст] / Т.М. Грабенко, Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева. - СПб., 2003.- 400 с.
8. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Грабенко, Т. М. Практикум по песочной терапии. [Текст] / Т.М. Грабенко, Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева. - СПб., 2002. - 224 с.
9. Киселева, М.В. Арт-терапия в работе с детьми. Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми [Текст] / М.В. Киселева. - Санкт-Петербург: Речь, 2006. – 158 с.
- Крайг, Г. Психология развития [Текст] / Г. Крайг. – СПб.: Питер, 2004. – 738 с.
10. Новиковская О.А. Сборник развивающих игр с водой и песком для дошкольников [Текст] / О.А. Новиковская. – СПб., 2005.
11. Поликарпова, И.В. Песочная терапия как средство коррекции эмоциональной сферы детей-сирот [Текст]: методические рекомендации / И.В. Поликарпова; под общей редакцией Н.И. Приходько. – Кемерово: Изд-во КРИПКиПРО, 2009. – 43 с.
12. Сакович, Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту [Текст] / Н.А. Сакович. – СПб.: Речь, 2008. – 166 с.
13. Хоменко, И. Н. Коррекционно-диагностический комплекс «Песочная магия» / И. Н. Хоменко. - СПб.: ИМАТОН, 2009. - 44 с.
14. Штейнхард, Л. Юнгианская песочная психотерапия [Текст] / Л. Штейнхард. - СПб: Питер, 2001. – 320 с.
15. Юнг, К. Г. Архетип и символ [Текст] / К. Г. Юнг. - М., 1991г.- 284с.
16. Юнг, К.Г. Структура психики и процесс индивидуации. [Текст] / К. Г. Юнг. М. - 1996. - 269 с.

Приложения

Приложение 1

Документы, подтверждающие право на реализацию данного проекта специалистом – педагогом-психологом Исламовой Л.А.



СПБИС

 **РЕГИОНАЛЬНЫЙ
ЦЕНТР
СКАЗКОТЕРАПИИ**

Авторское свидетельство на метод Комплексной Сказкотерапии N1201152 от 12.08.98

СЕРТИФИКАТ

№ ЕК-312 от «27» февраля 2011 года

Настоящий Сертификат подтверждает, что в период
с «25» 02 2011 года по «27» 02 2011 года
в городе Челябинск

Исламова
Лариса Анатольевна
(Ф.И.О.)

прошел (ла) подготовку в области практической
психологии по программе учебно-методического
семинара «Теория и практика сказкотерапии»
теория и практика песочной терапии

Степень II Объем 30 часов

Директор СПБИС,
доктор психологии,
член-корреспондент
Международной Академии наук
экологии и безопасности
природы и человека,
эксперт Международной
Федерации Независимых Экспертов
Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева

Мастер-Преподаватель
Базового курса
подготовки сказкотерапевтов СПБИС

Е.В. Кодырева
(Ф.И.О.)

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

СПБИС

РЕГИОНАЛЬНЫЙ
ЦЕНТР
СКАЗКОТЕРАПИИ

Авторское свидетельство на метод Комплексной Сказкотерапии №1201152 от 12.08.98

СЕРТИФИКАТ

№ 8562 от 20 01 2012 года

Настоящий Сертификат подтверждает, что в период
с 16 11 2011 года по 20 01 2012 года
в городе Челябинске
Исламова
Лариса Аматовна
(Ф.И.О.)

прошел (ла) подготовку в области практической
психологии по программе учебно-методического
семинара «Теория и практика сказкотерапии»

Степень Новые технологии Объем 20 часов
работы с психологической
несогласией

Директор СПБИС,
доктор психологии,
член-корреспондент
Международной Академии наук
экологии и безопасности
природы и человека,
эксперт Международной
Федерации Независимых Экспертов
Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева

Мастер-Преподаватель
Базового курса
подготовки сказкотерапевтов СПБИС
Ходырева В.В. гу
(Ф.И.О.)

СПБИС

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ИНСТИТУТ СКАЗКОТЕРАПИИ



Негосударственное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования

Институт практической психологии «Иматон»

УДОСТОВЕРЕНИЕ

№ ПФ 34/73/2015

лицензия 78 №000533

Настоящее удостоверение подтверждает, что

**ИСЛАМОВА
ЛАРИСА АНАТОЛЬЕВНА**

прошла обучение по программе повышения квалификации

**«Всероссийский фестиваль
песочной психотерапии»**

с 29 по 31 января 2015 г.

в объеме 30 часов

Директор ИПП «Иматон»
Муляр О.И.



199178, Санкт-Петербург, 10-я линия Васильевского острова, д. 59
Тел.: (812) 320-71-54, 327-55-84
E-mail: ippi@imaton.ru, www.imaton.ru



Всероссийский фестиваль
песочной психотерапии

29–31 января 2015 года • Санкт-Петербург

СЕРТИФИКАТ

ИСЛАМОВА
Лариса Анатольевна

Участник

Председатель оргкомитета фестиваля
А. В. Карпов

Главный редактор «Психологической газеты»
А. С. Губанова

Организатор фестиваля:
профессиональное интернет-издание «Психологическая газета»

www.psy.su

АССОЦИАЦИЯ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ
(ИНН 7806192011, КПП 780601001, ОГРН 1157800003965)

УДОСТОВЕРЕНИЕ

№ 67/2016

Настоящее удостоверение выдано в том, что

ИСЛАМОВА
ЛАРИСА АНАТОЛЬЕВНА

ЯВЛЯЕТСЯ ЧЛЕНОМ

«Ассоциации Песочной Терапии»

Президент
Ассоциации Песочной Терапии,
О.А. Старостин



195043, Санкт-Петербург, ул. Камышинская, д.20
Р/счет: 40703810204200000024 в Филиале ПТР ПАО «Ханты-Мансийский банк открытие»
Кор.счёт: 30101810740300000809, БИК: 044030809
Тел.: +7-905-284-77-04 E-mail: psamata2015@yandex.ru

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ	Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что
МИНОБРНАУКИ РОССИИ	Исламова Лариса Анатольевна
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Челябинский государственный университет»	прошел(а) повышение квалификации в (на)
УДОСТОВЕРЕНИЕ	Факультете психологии и педагогики
О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ	
7 4 2 4 0 1 0 6 9 2 5 4	
Документ о квалификации	по дополнительной профессиональной программе
Регистрационный номер	«Арт-терапия кризисных состояний в детском, подростковом и взрослом возрасте»
012	с «04» апреля 2016 г. по «30» апреля 2016 г.
Города	в объеме
Челябинск	72 часа
Дата выдачи	
30.04.2016 г.	
	
	Секретарь 



АССОЦИАЦИЯ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

ИНН 7806192011 КПП 780601001 ОГРН 1157800003965

УДОСТОВЕРЕНИЕ

настоящее удостоверение выдано в том, что

**ИСЛАМОВА
ЛАРИСА АНАТОЛЬЕВНА**

с 5 по 8 сентября 2019 г.

приняла участие

в

Фестивале песочной терапии

«Море. Песок. Мы»

и в семинаре-спутнике

**«Использование игр на песке
при работе с кризисными состояниями»**

общий объем программы фестиваля 38 ак. часов

Арт-терапевт, сказкотерапевт, sandplay-терапевт, руководитель Белорусского представительства Ассоциации песочной терапии, супервизор Ассоциации песочной терапии, член Белорусской ассоциации психотерапевтов, руководитель секции «Кризисная песочная терапия».

Н.А.Сакович

Президент Ассоциации песочной терапии,
врач-психотерапевт, кандидат медицинских наук

Старостин О. А.

Тел.: +7 (931) 201-40-40; E-mail: psamata2015@yandex.ru

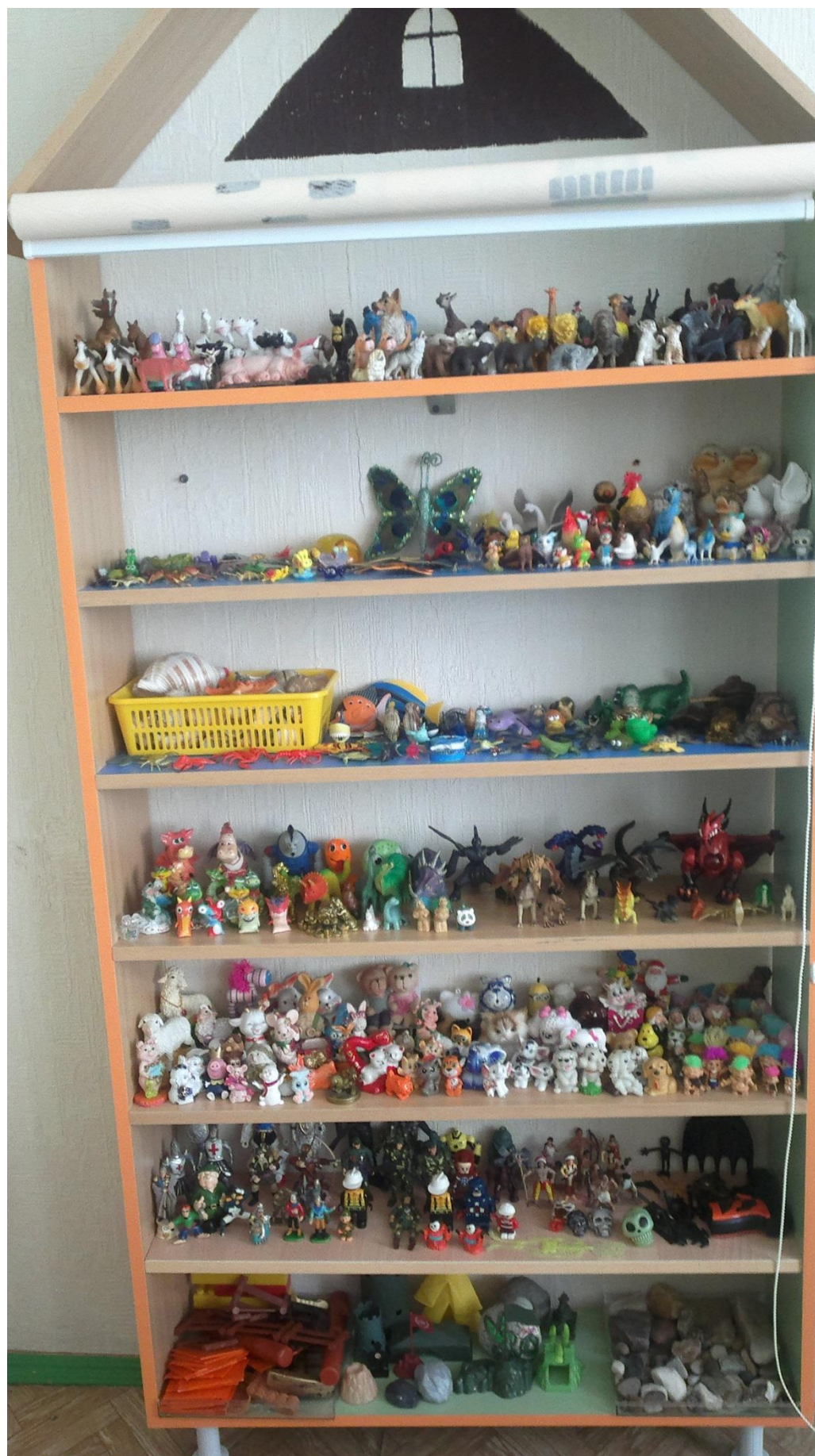




Приложение 2

Организация пространства для реализации проекта





Приложение 3

Примеры постройки песочных картин (миров) детьми. Прикреплены отдельным файлом.

Приложение 4

Карта-схема психологической диагностики по методике песочной терапии «Моя страна»

Имя _____ пол ___М / Д___ возраст _____ дата _____

Название

страны _____

Преобладающие фигуры: люди М___ Ж___ / животные / сказочные персонажи /
техника / растения / предметы _____ / дома

Главный персонаж: _____ 1

Главная ценность: _____ *

Идентификация Я _____ 2

Правило: _____

Хранитель правила _____ 3

Нарушитель правила _____ 4

Наказание за несоблюдение правила _____

Возможные катаклизмы _____

Перспективные изменения _____

Характеристика взаимодействия

Приложение 5

Схема анализа «песочного листа» (по Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой)

Попавшие в левый верхний угол фигурки символизируют процессы, связанные либо с прошлыми воспоминаниями, либо с мыслями о доме, о матери, о другой значимой женщине	Фигурки, находящиеся центральной верхней части, могут отражать то, о чем в данный момент думает, фантазирует клиент	В правый верхний угол, как правило, попадают фигурки, отражающие мечтания, планы на будущее, мысли о взаимодействии в социуме: от детского сада, школы, до работы. Взаимодействие с отцом, другими значимыми мужчинами
Попавшие в центральную левую часть фигурки могут символизировать прошлые эмоциональные переживания, связанные с домом, матерью, значимой женщиной.	В этой части сосредотачиваются самые важные фигурки. Описывают, с одной стороны, актуальное эмоциональное состояние. С другой стороны, ценностные устремления. Нечто значимое. Неважно, осознаваемо это или нет	Фигурки в правой центральной части отражают стремления, желания автора песочной картины
Фигурки, расположенные в левом нижнем углу, могут отражать некие действия в прошлом, связанные с домом, матерью, значимой женщиной	В нижней центральной части находятся фигурки, отражающие, как правило, некоторые действия, реализуемые в данный момент	Попавшие в правую нижнюю часть фигурки, символизируют некие действия, которые возможны в будущем. Действия по отношению к социальному окружению или значимым мужским фигурам

Схема анализа песочных миров (Д. Калфф).

Действует только в ситуации использования классического направления юнгианской песочной терапии.

верх		
низ		

Левая

Центральная

Правая

Все объекты, находящиеся в левой части подноса, касаются прошлого клиента, его взаимоотношений с матерью, его опыта, семейной ситуации, эмоционально-чувственной сферы его жизни.

Центральная часть – это настоящее клиента: то, что интересно, актуально сейчас, причем в центре чаще всего размещаются фигуры, отражающие архетип Самости, относящиеся к «Я» клиента.

Все объекты, находящиеся в правой части песочного мира, относятся к будущему клиента: это его представления, образы, мечты, планы, также они отражают опыт взаимодействия с отцом, аспекты социализации, рациональную сферу жизни клиента.

По горизонтали поднос делится на две части: нижнюю и верхнюю. Объекты, находящиеся в нижней части, относятся к бессознательной сфере клиента: то, что не осознается, возможно, вытесняется. В верхней части размещаются объекты, относящиеся к сознательной к сознательной сфере: то, что является осознанным материалом. Соответственно проявятся элементы прошлого сознательного и бессознательного, настоящего сознательного и бессознательного и будущего сознательного и бессознательного.

Анализ проводится на трех уровнях. Первый уровень – объект является тем, чем называет его клиент. В первую очередь при анализе учитываются те значения, которые приписывают объектам сами клиенты.

Второй уровень – функциональное значение объектов, то, какими функциями они обладают.

Третий уровень анализа – символическое значение объекта, то есть то значение, которое приписывается объекту с точки зрения религии, культуры, ментальности.

Соединить информацию, полученную на всех трех уровнях.

Приложение 6

Памятка Sandplay-терапевта

В ходе создания мира в песке психолог:

- Создает безопасное и комфортное пространство.
- Предоставляет клиента подносу с песком, объектам и процессу.
- Занимает в кабинете место, удобное для наблюдения и для клиента.
- Не покидает кабинет (только если об этом не попросит клиент).
- Остается тихим, если клиент не приглашает поговорить, или психолог не почувствует, что важно ответить на язык тела клиента.
- Замечает невербальные стимулы, например, выражения лица, вздохи и др.
- Обращает внимание на последовательность работы и образ мира.
- Не становится активно вовлеченным, если клиент не просит об этом.
- Не вторгается в пространство подноса с песком.
- Объективно наблюдает, протоколирует, что делает клиент, без интерпретации.

Психологу необходимо наблюдать за следующими аспектами:

- Использованием песка, воды и объектов; направленностью движения объектов.
- Последовательностью выбора и размещения объектов; в том числе за выбранными, но не размещенными в подносе объектами.
- Типом создания мира: скоростью, интенсивностью, количеством объектов.
- Структурами в подносе: повторениями, количеством, цветами, группировками, противоположностями, геометрическими структурами.
- Признаками объектов: структурами, цветом, размером и т. д.
- Использованием места: выше, ниже; группами и незаполненными областями.
- Направлениями объектов.
- Невербальными стимулами: выражением лица, внутренними и внешними изменениями и т. п.
- Изменениями, сделанными в подносе: дополнениями, удалениями, движениями и разделением объектов и песка.
- Языком, который клиент использует в обозначении объектов.
- Погруженными в песок, зарытыми и скрытыми объектами.

Приложение 7

Протокол индивидуальной консультации с использованием песочницы

1. Фамилия, имя, отчество «___» _____ 20 ____ года
 (или псевдоним)
 клиента _____

2. Краткая характеристика темы обращения за консультацией (при первой консультации) или краткая характеристика обсуждаемых на консультации вопросов (при повторных консультациях) _____

3. Энергоинформационное поле картины (краткая характеристика ощущений психолога) _____

4. Основная идея песочной картины (со слов клиента) _____

5. Анализ основной идеи песочной картины:

Ценностный уровень	Ментальный уровень	Эмоциональный уровень	Витальный уровень
_____	_____	_____	_____

6. Краткое описание сюжета песочной картины (динамичный, статичный, смешанный) _____

7. Конфликтное содержание песочной картины (*заполняется только при наличии такового*) явное, скрытое (подчеркнуть): _____

8. Анализ конфликтного содержания картины (*заполняется только при наличии такового*):

Уровень агрессии	Направлен ность агрессии	Адресность агрессии	Динамика проявления конфликтного содержания
Высокий Средний Низкий (<i>подчеркнуть</i>)	Аутоагрессия Гетероагрессия (<i>подчеркнуть</i>)	_____	Хаос Конфронтация Консолидация (<i>подчеркнуть</i>)

9. Ресурсное содержание картины (комментарии клиента относительно того, что можно использовать в качестве ресурса) _____

10. Ресурсное содержание картины, с точки зрения психолога. Можно использовать в качестве ресурса: энергетику картины, идею, сюжет, образ и характер героя, чудесные предметы, фигуры помощников (*нужное обвести*). _____

11. Символическое поле картины

Наиболее значимые элементы ландшафта, их местоположение и возможное личное символическое значение	Наиболее значимые фигуры композиции, их местоположение и возможное личное символическое значение
_____	_____

12. Схематичный рисунок песочной картины (или приложить фотографию песочной картины) _____

Подпись психолога _____

Приложение 8

Протокол групповой консультации с использованием песочницы

«__» _____ 20__ года

1. Характеристика группы: детская, подростковая, члены семьи, партнеры по совместной жизни, партнеры по бизнесу, команда (нужное обвести).

2. Тема песочной композиции _____

3. Имена участников группы (и роль в семье или бизнесе) _____

4. Стиль ситуативной коммуникации (общие комментарии) _____

Характеристика взаимодействия участников группы	Распределение ролей в группе	Стиль поведения каждого участника группы	Ценности, объединяющие участников группы
Сотрудничество Ассимиляция Параллельная игра Конфронтация Борьба за территорию			

5. Прогноз относительно жизнеспособности группы _____

6. Актуальные задачи работы с группой _____

Подпись психолога _____