**Организация и проведение семейных занятий с песком**

В детстве каждый из нас проводил немало часов, играя с песком и отвлекаясь за этим занятием от всего на свете. Обычная на первый взгляд игра в песочнице- прекрасная форма психологической коррекции по средством творческого самовыражения, эффективный диагностический метод. Песочная терапия как разновидность арт- терапии одинаково успешно применяется сегодня в работе со взрослыми и детьми.

По результатам наблюдений в современном детском саду, воспитанники воспринимают занятия с песком как релаксацию в довольно насыщенном расписании непосредственно образовательной деятельности. Песочная терапия хороша для дошкольников еще и тем, что не требует особенных художественных навыков, а значит у них не возникает неуверенности в собственных силах и разочарования.

Песок- благоприятная среда для большого количества развивающих, коррекционных и адаптационных игр. Для проведения песочной терапии в детском саду в идеальных условиях нужен отдельный кабинет. Спокойная фоновая музыка, создающая умиротворяющую атмосферу, повысит терапевтический эффект, позволит детям абстрагироваться от внешних раздражителей, погрузится в волшебный мир песка.

В качестве инструментария, как правило используется песок. Вода и миниатюрные фигурки. Для занятий песочной терапией понадобятся два деревянных ящика прямоугольной формы размером 50×70×10 см: один для сухого, другой для влажного песка. Дно и внутренняя часть бортов терапевтической песочницы, обычно окрашенные в голубой цвет, символизируют воду и бессознательное, снаружи борта бежевые, что символизирует песок и сознание. Примерно на одну треть объема ящик заполняют чистым светлым или цветным песком. Отдельно хранят коллекцию игрушек для «построения мира»: фигурки людей разного пола, возраста и профессии, разнообразных животных, мультяшных персонажей и фантастических существ; миниатюрные дома, транспортные средства, деревья, предметы быта и т.п. Изготовленные из пластмассы или дерева фигурки удобно мыть и дезинфицировать. Мягкие игрушки быстро становятся грязными и плохо отстирываются, поэтому в песочнице им не место.

Песок требует терпения и сосредоточенности. Поэтому данная форма арт- терапии позволяет корректировать гиперактивность. Неустойчивое и даже агрессивное поведение детей. Когда ребенок не может выразить свои страхи и переживания вербально, на помощь приходят игры с песком. Разыгрывая волновавшие его ситуации с помощью фигурок. Создавая картину собственного мира. дошкольник освобождается от напряжения и психологически раскрепощается. Между тем песочная терапия базируется на сочетании невербального (процесс построения композиции) и вербального (рассказ о готовой песочной картине) процессов.

Не секрет, что зачастую основные психологические проблемы дошкольников берут начало в семье. На практике педагоги сталкиваются с подтверждением того. Что дети – это зеркало имеющихся в семье проблем. Поскольку ребенок- самый слабый и восприимчивый ее член. При общении с родителями внимание педагога всегда обращено на взаимоотношения в семье: стиль воспитания, отношения между членами семьи. Принятые нормы общения и т.д.

Нередко проблемный ребенок вынуждает родителей обращаться за помощью к специалисту. При этом важно понимать, что если убрать зеркало, то не исчезнет то. что в нем отражалось. В коррекционной работе нужно решать двойную задачу: помогать ребенку и его семье. Включить всех членов семьи в работу поможет игра, в данном случае с песком, которая дает возможность дошкольнику рассказать о тревогах, страхах, преодолеть эмоциональное напряжение. Детское творчество на песке и стиль взаимодействия в ходе игры- проекция внутреннего мира ребенка, т.е. перенос вовне переживаний, желаний и умений.

Корректировать поведение, эмоциональное состояние воспитанников без участия их родителей бесполезно. Попадая в привычную среду дошкольник возвращается к принятым в семье шаблонам поведения. Когда родители не идут на встречу, работа педагога-психолога сводится к поддерживающей терапии в виде цикла индивидуальных занятий. В таком случае для достижения положительной динамики требуются еженедельные занятия с ребенком по 35-40 минут в течении года.

Как показывает опыт, эффективность данной формы арт- терапии значительно повышается в результате проведения семейных «песочных» занятий. При этом важно научить родителей позитивно относится к собственному ребенку, сформировать умение видеть мир его глазами, переживать события также, как переживает он их. Песочная терапия – это своего рода помощь родителям в познании себя. Преодолении неуверенности. Тревог и страхов, в успешной реализации себя в роли воспитателя.

Причинами обращения к песочной терапии в работе с детьми и их родителями часто являются проявление у дошкольников агрессии, неуверенности в себе. Застенчивости. А также конфликты с братьями, сестрами, сверстниками. Более результативным использование песочной терапии оказывается с детьми 5-7 лет, поскольку в этом возрасте они могут дифференцированно подходить к описанию своих чувств.

Погружаясь в круговорот бытовых забот, родители зачастую отдаляются от ребенка, не оставляют времени на общение с ним, что и служит толчком для формирования негативных проявлений в поведении ребенка.

Во время семейных песочных занятий родителям и детям предлагается создать в одной песочнице модель их семьи, во второй песочнице- модель идеальной, по их представлениям семьи.

Это показательное упражнение позволяет оценить разрыв между мечтой и реальностью, проанализировать истоки внутрисемейных конфликтов и факторы, препятствующие приближению к идеалу. Благодаря игре с песком участники приходят к боле объективному представлению о семейных отношениях.