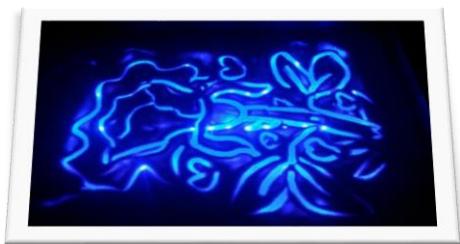




## Психологическая коррекция с использованием песочной терапии



*Песочная терапия* - выражение клиентом своих чувств и ощущений в процессе игры. Она позволяет клиентам использовать их бессознательный материал и выводить его на сознательный уровень.

Особую ценность арт-терапевтическая работа может иметь для клиентов, испытывающих определенные затруднения в вербализации своих переживаний, например, из-за речевых нарушений, мало контактности, а также сложности этих переживаний и их «невыразимости».



Песочная терапия в контексте арт-терапии представляет собой невербальную форму психокоррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении клиента, благодаря которому на бессознательно-символическом уровне происходит «отреагирование» внутреннего напряжения и поиск путей развития. Это один из психокоррекционных,



развивающих методов, направленных на разрешение личностных проблем через работу с образами личного и коллективного бессознательного.

В своей работе помимо классической Юнгианской песочной терапии, мы используем ещё один метод работы с песком - песочная анимация (искусство рисования песком) метод Sand –art.



Рисование песком - это уникальный новый вид искусства, который проявляет многогранность каждого клиента. Клиент включается в игру с песком всем своим существом - эмоционально, психически и физически. Песочные рисунки дают прекрасную возможность принять, раскрыть и проявить в творчестве множество граней собственного "Я".





Рисование песком позитивно влияет на эмоциональное самочувствие, даёт возможность спокойной эмоциональной разгрузки, выражений через песочный рисунок, снятие эмоционального напряжения через ощущение тактильных прикосновений к песку, дополненное расслабляющими мелодиями, позволяет достичь душевного спокойствия, снять нервное напряжение, развить творческий потенциал, выразить внутренние ощущения.



Таким образом, песочная терапия повышает мотивацию клиента к коррекционной работе. Включение новых технологий и приемов, а также введение традиционных обучающих и развивающих упражнений в песок дает дополнительный эффект, поскольку происходит «заземление» негативной психической энергии и гармонизация психоэмоционального состояния клиента. Песочная терапия помогает справиться с личностными трудностями, снижает агрессивность, повышает самооценку, помогает клиентам наладить общение с окружающими.