

Интегративная модифицированная песочная терапия на основе кинетического песка как альтернатива традиционным коррекционно-развивающим программам

В настоящее время в общеобразовательных школах одним из направлений деятельности педагога-психолога является коррекционно-развивающее направление, целью которого является обеспечение условий для полноценного развития учащихся, активного формирования когнитивных, личностных и поведенческих новообразований.

В качестве одной из инновационных коррекционно-развивающих программ, предложенных к работе педагога-психолога в рамках реализации данного направления, может быть программа интегративной модифицированной терапии на основе кинетического песка (kinetic sand).

Считается, что истоки «песочной терапии» – в книге известного писателя-фантаста Г. Уэллса «Игры на полу» (1911). В ней он описывает, как его сыновья, играя с миниатюрными фигурками, находили выражение и облегчение трудностям в отношениях с членами семьи и друг с другом. Именно эта книга вдохновила детского психиатра Маргарет Лоуэнфельд, основавшую Лондонский Институт Детской Психологии, поставить на полки своего кабинета миниатюрные фигурки. Первый же ребенок, увидевший эти фигурки, перенес их в песочницу, стоявшую рядом, и стал играть с ними в песке. Именно это и положило начало «технике построения мира» – диагностической и терапевтической методике, детально разработанной и описанной Маргарет Лоуэнфельд. В 1950-х годах детский швейцарский психиатр Дора Калфф, обучившись у М. Лоуэнфельд, дополнила «Технику построения Мира» юнгианским психоаналитическим подходом и знанием восточной философии и назвала это «Песочной терапией» или Sand-play.

Д. Калфф видела песочную терапию как инструмент, который не только позволит детям выражать и типичный, и глубоко личный опыт, но и соединит их внутренние представления с внешней действительностью.

В 2013 году шведскими учеными разработан интересный инновационный материал – (kinetic sand) кинетический песок, состоящий из чистого кварцевого

песка и полимерных материалов в разных пропорциях. Состав кинетического песка дает возможность удерживать песчинки и они рассыпаются иначе, чем обычный песок, добавляя свойства пластичности, рассыпчатости и полувлажности одновременно. Кинетический песок гипоаллергенен, нетоксичен, не требует дополнительной обработки в использовании и обладает антибактериальными свойствами.

Сегодня песочная терапия становится популярной не только среди врачей и психологов, но и среди педагогов и социальных работников. Возможности метода расширяются, появляются многочисленные модификации и формы.

На Международной конференции в Сан-Франциско (1995 год) принята следующая классификация:

Sand-play с большой буквы – классическая форма юнгианской психотерапии с теоретической основой и методологией;

sand-play с маленькой буквы – различные модификации метода (сказки на песке, дидактические программы на песке, песочная терапия в контексте арт-терапии, реабилитационные программы на песке и другие).

Таким образом, модификация метода Sand-play позволяет интегрировать несколько психологических методов, которые не только не противоречат друг другу, но и дополняют и обогащают содержание работы специалиста.

Основной целью интегративной модифицированной терапии на основе кинетического песка является развитие и коррекция практически всех сфер личности клиента – эмоциональной, поведенческой и когнитивной. Коррекционный и развивающий эффект достигается за счет пластических свойств самого песка, который обладает тактильной стимуляцией, а также за счет обучающих действий психолога, направленных на развитие разнообразных мелкомоторных движений, увеличение манипулятивных комбинаций с предметами, структуризацию процесса игры и речевому сопровождению. Во время занятий детей с песком наряду с развитием мелкой моторики рук, ребенок учится прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения. А это способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти, что очень важно для детей с нарушениями речи. Но главное -

ребенок получает первый опыт рефлексии (самоанализа), учится понимать себя и других. Так закладывается база для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации.

Помимо сильного психокоррекционного эффекта плюсами интегративной песочной терапии на основе кинетического песка являются:

- доступность материала;
- отсутствие необходимости в специальном оборудовании и помещении;
- экономия профессиональных ресурсов специалиста за счет переноса вербальных форм взаимодействия с клиентом в мануальные.

Действие коррекционно-развивающей программы направлено на следующие категории участников образовательного процесса:

1. учащиеся:

- с дефицитарными особенностями в различных сферах личности (когнитивный, эмоциональный, поведенческий компоненты личности);
- с особыми образовательными потребностями;
- с особыми возможностями здоровья.

2. педагоги:

- с психосоматическим запросом;
- с запросом нарушения отношений.

3. родители с запросом нарушения детско-родительских отношений;

Противопоказанием к участию в программе являются:

- наличие в анамнезе диагноза «эпилепсия» и «шизофрения»;
- наличие в анамнезе невроза навязчивых состояний;
- аллергия на пыль и мелкие частицы;
- кожные и легочные заболевания;
- гиперактивность;

Один из авторов песочной терапии, Дора Калфф, считает главным принципом, положенным ею в основу работы - «создание свободного и защищенного пространства», в котором ребенок или взрослый может выражать и исследовать свой

мир, превращая свой опыт и свои переживания, часто непонятные или тревожащие, в зримые и осязаемые образы. Ребенок, играя, создавая мир, всегда показывает, что его волнует на данный момент. Песочница, комната и, конечно, психолог, создают у ребенка чувство безопасности, защищенности. В такой особой атмосфере психолог «слушает» игру ребенка, помогая любую психотравмирующую или конфликтную ситуацию проиграть в песочнице. Для детей – это игровой способ рассказать о своих проблемах, показать свои страхи и избавиться от них, преодолеть эмоциональное напряжение. Ведь игра для ребенка – это необходимая, естественная и любимая деятельность. В свободной игре он может выразить то, что ему хочется сделать. Когда он играет свободно, а не по чьей-то указке, то совершает целый ряд независимых действий. Чувства и установки, которые ребенок иногда боится выразить открыто, можно, ничего не опасаясь, спроецировать на выбранную им по собственному усмотрению игрушку. Вместо того чтобы выражать чувства и мысли в словах, ребенок может закопать в песок ту или иную игрушку, ударить, утопить и т.д. Чувства ребенка часто невозможно выразить вербально. Во многих случаях игра с песком выступает в качестве ведущего метода коррекционного воздействия (как, например, при наличии у ребенка эмоциональных и поведенческих нарушений невротического характера). В других случаях - в качестве вспомогательного средства, позволяющего стимулировать ребенка, развить сенсомоторные навыки, снизить эмоциональное напряжение. Например, упражнение «Необыкновенные следы» направлено как раз на расслабление, установление контакта с педагогом: «Идут медвежата» - ребенок кулачками и ладошками с силой надавливает на кинетический песок. «Прыгают зайчики» - кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях. «Ползут змейки» - ребенок расслабленными (или напряженными) пальцами рук делает поверхность кинетического песка волнистой. «Бегут жучки - паучки» - ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых. Также кинетический песок можно использовать при работе над умением концентрировать внимание на деталях. Ребенок рисует на кинетическом песке любую несложную картинку (котик, домик и др.) и показывает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает

несколько деталей и показывает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями. Игру можно проводить и с группой детей. В этом случае дети по очереди рисуют какой-либо рисунок и отворачиваются (при этом возможность движения не ограничивается). Взрослый дорисовывает несколько деталей. Дети, взглянув на рисунок, должны сказать, какие изменения произошли.

Помимо коррекционно-развивающей функции упражнения с кинетическим песком имеют большую диагностическую ценность. В частности, упражнение «Картина мира», когда ребенок или взрослый выкладывает в песочнице картину, используя при этом различные фигурки, вспомогательные материалы, создавая рельеф из песка, можно использовать при консультировании и диагностике. Когда клиент выбирает фигурки для создания песочной композиции, происходит перенос внутренних психических процессов на миниатюрные предметы. Он может идентифицировать себя с какой-либо фигурой, наделять ее желанными качествами и через нее проводить в жизнь новые сценарии, даже самые несбыточные. Кроме этого, можно моделировать и создавать свое окружение, подбирая в друзья или недруги соответствующих игрушечных персонажей. Последовательность появления и местоположение фигурок дает психологу массу полезной информации. Например, игрушка, поставленная в центр, часто символизирует «я» автора картины. Фигурка, которая появляется второй, представляет символ чего-то самого важного для автора на данный момент. Иногда фигурки закапывают. Это символизирует вытесняемое в бессознательное или то, что еще неосознанно. Заполнение частей песочницы и ее секторов расскажет много интересного о человеке. Например, если заметно смещение действия в песочнице кверху, перед нами человек, склонный к мечтаниям. Если у него нет уравнивающих фигурок внизу, нужно проработать аспект реализации задуманного, составление планов. Люди «приземленные» заполняют нижние секторы песочницы. В этом случае развитие фантазии на занятиях песочной терапии станет уравнивающим моментом. Смещение в левую или правую часть покажет человека, которым владеет либо прошлое, либо будущее. Самым главным считается то, что сам автор думает по поводу фигур.

Одной из важнейших задач современной системы образования является ускоренное совершенствование образовательного пространства, способствующее всестороннему, гармоничному развитию личности. Преимущество метода интегративной песочной терапии как основы коррекционно-развивающей программы перед другими заключается в том, в условиях тенденции к росту морфофункциональных отклонений и хронических заболеваний современных школьников поставленные государством перед системой образования задачи достигаются при наименьших затратах.

Список литературы.

1. Большебратская Э.Э. Песочная терапия. – Петропавловск, 2010. – 74 с.
2. Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия. – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998. – 50 с.
3. Дора Калфф, «Sandplay», 1980
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Игры в сказкотерапии . – СПб.: Речь, 2006. 208 с.
5. Кузуб, Н. В., Осипук, Э. И. В гостях у Песочной Феи. Методическое пособие для воспитателей и психологов дошкольных учреждений. - М.: Сфера, 2011. – 61 с.
6. Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. – СПб.: Речь, 2006. 176 с.