Арт-терапия дошкольников в Песочной стране………

Как известно, песок – самое любимое занятие наших детей. Но, по мнению В. Юнга, можно играя в песок и проводить самолечение, а значит строя из песка постройки и рисуя на песке картинки, дети проходят арт-терапевтические приемы лечения внутренних своих проблем. С точки зрения психологии, этот процесс можно назвать песочная терапия. Что же такое песочная терапия?

Это метод [психотерапии](http://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fru.wikipedia.org%2Fwiki%2F%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BF%D0%B8%D1%8F), 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. Таким образом, пробуя рисовать песком, дети быстрее осваивают буквы и цифры, учатся различать понятия «право» и «лево», отличать день и ночь, времена года. Поэтому игры с песком может использовать не только психолог, педагогам такие занятия помогают намного эффективнее обучать детей. Песочная терапия способствует развитию наглядно-образного мышления, восприятия и памяти, тактильной чувствительности и мелкой моторики рук. Занятия с песком помогают вернуться к первоначальным чувствам и ощущениям. Для чего нужна песочная терапия?

Занятия с песком помогают определить особенности личности ребенка, понять себя и свое Я, способствуют развитию фантазии и разработке всех пальчиков. Они учат детей создавать модели своих фантазий, понимать их и объяснять. Занятия помогают преодолеть трудности в общении, учат выражать свои мысли словами, отвечать за собственные действия и поступки, больше полагаться на себя, способствуют развитию самооценки, избавлению от страхов и последствий психологических травм и обретению веры в себя.

Песочная терапия для детей дошкольного возраста полезна тем, что, играя, дети учатся самостоятельно разрешать конфликты, совместно преодолевать трудности, слушать и слышать других. Но, в чем-то полезна песочная терапия, а в чем-то и нет… Существуют и противопоказания к занятиям песочной терапией детям, которые гиперактивны и имеют синдром дефицита внимания, детям-эпилептикам, малышам, у которых обнаружены аллергические реакции на пыль и мелкие частицы, а также легочные и кожные заболевания.

Песочная терапия для детей дошкольного возраста под руководством психолога – прекрасный вид занятий, помогающий родителям получить ответы на вопросы, которые касаются внутреннего мира их малыша, позволяющий понять причины конфликтов, страхов и тревог и успешно провести коррекцию таких состояний. После всего сказанного хочется сделать выводы: песочная терапия полезна, обязательна и продуктивна. Это неиссякаемый источник энергии, фантазии и чего-то нового и необычного.

Хочется закончить свою статью словами Дональда Сандера: *«В песочной терапии мир детства распахивает свои двери, и эти двери ведут в бессознательные и скрытые в нем тайны».*