

Игры с песком

Самая древняя игра маленького человечества. Есть ли такая детская игра, которая сможет гармонизировать картину мира, поставить заслон на пути жестокости, даст ощущение разнообразия природы, избавит от внутренних конфликтов и страхов, раскроет понятия добра и зла? Да, есть такая игра!

И этой игрой забавлялись все поколения рода человеческого, потому что нет на свете ничего проще и доступнее, удобнее и многообразнее, живее и объемнее, чем - песочная игра. Песок является тем удивительным природным материалом, который способен передать одновременно многое. И ощущение разнообразия природы, и ощущение возможностей своего тела, и сущности жизни вообще с её текучестью, неожиданностью, множеством форм. Каково главное достоинство этой игры? Главное достоинство песочницы в том, что она позволяет ребёнку или целой группе детей реально создавать картину мира в живом трёхмерном пространстве. Ребёнку предоставляется возможность строить свой личный мир, модель своего микрокосма, ощущая себя его творцом. Как всё просто, удобно и рационально в этой игре; отшлифовано многими поколениями маленьких человечков. При этом для игры не требуется каких-то особых приспособлений.

Песок нередко действует на детей как магнит. Прежде чем они успеют осознать, что они делают, их руки сами начинают просеивать песок, строить тоннели, горы и т.д. А если к этому добавить миниатюрные фигурки, игрушки, тогда появляется целый мир, разыгрываются драмы, и ребенок полностью погружается в игру. Песок обладает свойством пропускать воду. В связи с этим специалисты утверждают, что он поглощает негативную психическую энергию, взаимодействие с ним очищает энергетику человека, стабилизирует эмоциональное состояние.

Какие дети особенно нуждаются в этой игре? Дети, имеющие сложности в психическом развитии, конфликты во взаимоотношениях, страхи и др. особенно нуждаются в песочнице. Как показали исследования, песочница обладает психотерапевтическим эффектом, помогая ребёнку избавиться от страхов, застенчивости, конфликтности в общении и многих других проблем. Было обнаружено, что негативные эмоции, конфликты и страхи находили своё выражение в песочных картинках в символическом виде. Но постепенно в процессе совместного создания песочных картин все негативные тенденции ослабевали и исчезали - уходили в песок. Отношения у детей становились ровными и гуманными. Песок обладает свойством пропускать воду. В связи с этим специалисты утверждают, что он поглощает негативную психическую энергию, взаимодействие с ним очищает энергетику человека, стабилизирует эмоциональное состояние.

Какое влияние оказывает на ребёнка эта игра? Игра с песком не только развивает творческий потенциал ребёнка, активизирует пространственное воображение, образно-логическое мышление, тренирует мелкую моторику руки, но ненавязчиво, исподволь настраивает детей на постижение моральных истин добра и зла, строит гармоничный

образ мира. Даже песочная психотерапия. Ребенок в процессе песочной игры имеет возможность выразить свои самые глубокие эмоциональные переживания, он освобождается от страхов и пережитое не развивается в психическую травму. Задачи песочной терапии согласуются с внутренним стремлением ребенка к самоактуализации.

В этом песочная терапия ориентирована на то, чтобы помочь маленькому ребенку:

- развить более позитивную Я-концепцию;
- стать более ответственным в своих действиях и поступках;
- выработать большую способность к самопринятию;
- в большей степени полагаться на самого себя;
- овладеть чувством контроля;
- развить сензитивность к процессу преодоления трудностей;
- развить самооценку и обрести веру в самого себя.

Цель такой терапии - не менять и переделывать ребенка, не учить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать возможность ребенку быть самим собой. Игра ребенка является символическим языком для самовыражения. Манипулируя игрушками, ребенок может показать более адекватно, чем выразить в словах, как он относится к себе, к значимым взрослым, к событиям в своей жизни, к окружающим людям. Игру детей можно оценить более полно, если признать, что она является для них средством коммуникации. Дети более полно и более непосредственно выражают себя в спонтанной, инициированной ими самими игре, чем в словах, поскольку в игре они чувствуют себя более удобно. Для детей "отыграть" свой опыт и чувства - наиболее естественная динамическая и оздоровляющая деятельность, которой они могут заняться. Игрушки вооружают ребенка подходящими средствами, поскольку они, вне всякого сомнения, являются той средой, в которой может осуществляться самовыражение ребенка. В свободной игре он может выразить то, что ему хочется сделать. Когда он играет свободно, а не по чьей-то указке, он совершает целый ряд независимых действий.

Чувства и установки, которые ребенок, возможно, боится выразить открыто, можно, ничего не опасаясь, спроецировать на выбранную 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 (словами). Каждая выбранная фигурка воплощает какой-либо персонаж, который может взаимодействовать с другими героями. Ребенок сам придумывает, о чем они говорят или что делают; иногда он может пригласить психолога или педагога присоединиться к игре и выступать от лица какого-либо персонажа. Во всех этих случаях ребенок чувствует себя хозяином своего маленького мира и является режиссером драмы, разыгрывающейся на песочном листе.

Игра на песке с фигурками особенно плодотворна в работе с теми детьми, которые никак не могут выразить свои переживания. Дети с заниженной самооценкой,

повышенной тревожностью и застенчивостью обычно охотно выбирают фигурки и переключают на них свое внимание.

Дети с неустойчивым вниманием весьма экспрессивны- игра дает им богатые кинестетические ощущения. Агрессивные дети - легко выбирают персонажей, символизирующих "агрессора" и его "жертву". Дети, пережившие психическую травму - находят для себя такую игру весьма полезной: она помогает им заново пережить травматичное событие и, возможно, избавиться от связанных с ним переживаний.

Игру с песком нельзя интерпретировать. Педагог должен, выполнять, роль внимательного зрителя. Позиция взрослого- это "активное присутствие", а не руководство процессом. Освобождение подавленной энергии приводит к ее трансформации, что позволяет направить трансформированную энергию на развитие личности и дальнейшее обучение.