В учреждении с января 2022 года реализуется программа «Песочная фантазия» с использованием технологии песочной терапии для получателей социальных услуг

Песочная терапия– это терапия игрой. Увлекательный, творческий и в то же время исцеляющий процесс. Психолог предлагает получателю социальных услуг поднос с песком множество различных объектов и материалов для строительства песочного мира (например, домики, деревья, фигурки животных, кукол). На песке можно создавать причудливые картины, ландшафты, бесконечно изменять и перестраивать их согласно своему желанию.

Песочная терапия- один и самых деликатных методов работы с психикой

Цели песочной терапии:

- повышение самооценки;
- снижение уровня тревожности;
- снижение психофизического напряжения;
- повышение уровня эмоционального состояния;
- создание позитивного настроя;
- предотвращение самоизоляции, одиночества;
- повышение уровня жизненной активности;

Для песочной терапии используется безопасный, чистый, обеззараженный песок.

Песок обладает способностью завораживать человека своей податливостью, способностью принимать любые формы: быть сухим, лёгким, ускользающим или влажным, плотным и пластичным.

Игры с песком успокаивают и расслабляют, положительно влияют на эмоциональное самочувствие.
К.Д Ушинский

Как выстраивается сеанс песочной терапии? Человеку предлагается построить «свой мир» в песочнице, используя многочисленные фигурки. Как правило, им воспроизводится

замаскированная важная в этот период времени проблема, внутренний конфликт, которые иной раз не осознаются, они выходят в песочную среду преодолевая барьер сознания. По выстроенному «миру» видна как проблема, так и возможные пути её решения и причины возникновения.

После того как творение закончено, оно обсуждается: «А что это

означает?», «Что вы хотели бы изменить?». Когда человек находит объяснение своим переживаниям, он, во-первых, успокаивается, обретает чувство определённости и уверенности, во-вторых, подсознательно настраивается на изменения и быстрее находит пути разрешения проблем.

352701, Краснодарский край,
г. Тимашевск,
ул. Коммунальная, д. 1

тел. 8(86130) 5-84-63, 5-84-93,5-84-52,
pni_dommil@mtsr.krasnodar.ru

Министерство труда и социального развития Краснодарского края
ГБУ СО КК
«Тимашевский ДМ»

Песочная терапия

г. Тимашевск
2022 г.