**Занятия с песком в школе.**

**Песочная терапия** — один из удивительных методов терапии - в контексте арт-терапии представляет собой невербальную форму психотерапии. Это один из способов общения с самим собой и с окружающим миром; уникальный способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что позволяет повысить уверенность в себе и открыть новые пути развития.

**Основная цель песочной терапии** – достижение эффекта самоисцеления посредством спонтанного творческого выражения**,** снижение личностной тревожности, повышение самооценки.

**Данный метод позволяет:**

* Проработать психотравмирующую ситуацию на символическом уровне.
* Отреагировать негативный эмоциональный опыт в процессе творческого самовыражения.
* Изменить отношение к себе, к своему прошлому, настоящему и будущему, к значимым другим, в целом к своей судьбе.
* Способствует регрессу клиента к прошлому опыту с целью повторного переживания и освобождения.
* Является естественным языком для детей.
* Служит дополнением к другим методам психокоррекционной и психотерапевтической работы.

Технологии песочной психотерапии многофункциональны и они позволяют педагогу - психологу решать следующие задачи:

* Диагностические
* Коррекционные
* Терапевтические
* Творческого развития.

Игра является естественной формой самовыражения для детей, поэтому ребенку не требуется много рассказывать о песочной терапии. Достаточно предложить поиграть, используя песок и игрушки.

**Приглашаем учеников для занятия с песком в кабинет педагога – психолога.**

