

АННОТАЦИЯ

к программе дополнительного образования детей дошкольного возраста по художественно-эстетической направленности песочная терапия «Увлекательный мир песка»

Песочная терапия – это частный метод арт-терапии (психологии творчества), направленный для оказания психологической/психотерапевтической помощи через взаимодействие с песком. Она может применяться отдельно, сочетаться с другими техниками и направлениями, а также могут использоваться отдельные элементы песочной терапии в психологическом консультировании.

Эффективна песочная терапия для детей, подростков и даже взрослых людей. Принцип современной песочной терапии был предложен выдающимся психологом – К.Г. Юнгом, а потому долгое время это направление развивалось в основном благодаря исследованиям и усилиям последователей юнгианской школы. Песочная терапия для детей позволяет ребенку по-настоящему выразить проблему, которую он в силу своего возраста не способен вербализовать и объяснить. К тому же, взаимодействие с песком само по себе обладает успокаивающим эффектом, способствует оптимизации и стабилизации эмоционального состояния.

Цель программы: стабилизация психоэмоционального состояния ребенка, развитие тактильных ощущений.

Задачи программы:

- развитие познавательных процессов (восприятие, внимание, память, образно-логическое мышление, пространственное воображение, речь).
- развитие процессов саморегуляции;
- развитие сенсорно-перцептивной сферы,
- формирование творческого потенциала ребенка;
- тренировать мелкую моторику рук;
- формировать установку на положительное отношение к себе.
- снижение тревожности и психофизического напряжения

Сегодня же песочная терапия - не менее известная психотерапевтическая методика наряду с такими, как сказкотерапия, рисование, работа с пластилином и глиной, музыкотерапия и др. Однако, по сравнению с иными формами арт-терапии, песочная терапия отличается простотой действий, многократным повторением и созданием сюжетов, возможностью реконструкции песочной композиции.

Возраст обучающихся: 3-7 лет. Срок реализации: 1 год.