**Техника песочной терапии**

**«Путешествие в Сказочный мир»**

(модифицированная Л.Стреж)

Цель: коррекция и развитие эмоциональной сферы ребёнка с нарушениями в поведении и межличностном общении.

Задачи:

установить контакт и доверие с ребёнком;

способствовать снижению психофизического напряжения;

развивать тактильно-кинестетическую чувствительность;

актуализировать эмоции;

способствовать разрядке агрессивных импульсов, тревоги, напряжения;

с помощью метода музыкотерапии способствовать снятию физической и эмоциональной напряжённости, формированию устойчивого бодрого настроения.

Оборудование: две песочницы (сухой и мокрый песок), поднос с разноцветным гравием, «волшебная» палочка, коллекция миниатюрных игрушек и другого материала.

Время работы: 20–40 минут.

Возрастные рамки применения: от 5 лет и старше.

ВАЖНО: учитывать эмоциональное состояние, речевые и интеллектуальные возможности ребёнка.

Инструкция. Под спокойную мелодию ребёнку вручается «волшебная» палочка и предлагается представить себя волшебником: «Представь себе, что ты – Волшебник, который долго путешествовал и искал место, где ещё никто никогда не жил. И, наконец, ты пришёл в сказочное место, где увидел с одной стороны – пустыню (песочница с сухим песком), с другой стороны – берег моря (песочница с мокрым песком), а с третьей – берег океана (гравий разнофактурный). И задумал Волшебник построить сказочную страну. Где ты хочешь построить свою сказочную страну: в пустыне, на морском или каменном берегу? Чтобы оживить твою сказочную страну надо заселить её различными существами. Для этого я тебе даю корзину, в которую ты отложишь из коллекции миниатюрных игрушек и предметов всё, что тебе необходимо для построения своей страны.

После выбора всего необходимого материала, ребёнок молча, без комментариев, строит свою сказочную страну.

Вопросы:

– Закончил ли ты строить свою сказочную страну?

– Хочешь ли ты что-то изменить в своей сказочной стране или оставишь всё так, как есть?

– Как называется твоя сказочная страна?

Ребёнку предлагается подробно рассказать о своей стране (кто самый грустный, кто самый веселый, кто самый злой и т. д., что нужно сделать, чтобы все были счастливы). Задаются вопросы о каждом персонаже, который живёт в стране.

– Что нужно сделать или кого из персонажей нужно добавить в страну, чтобы всех помирить?

Путешествие психолога вместе с ребёнком по «Сказочной стране».

– Можно сфотографировать твою Сказочную страну?

– Хочешь ли ты убрать или оставить свою страну? (Если ребёнок хочет оставить и не убирать, обязательно спросить разрешение убрать позже для того, чтобы в следующий раз пришёл снова Волшебник и ещё раз построил новую Сказочную страну.

Выводы. Техника позволяет наладить эмоциональный контакт и доверие с ребёнком, диагностировать его эмоциональное состояние, наличие поведенческих и коммуникативных проблем. Помогает снизить агрессивные импульсы, тревогу, снижает эмоциональное и мышечное напряжение.