

Мастер – класс для педагогов
«Игры с песком».

Цель: способствовать знакомству участников мастер – класса с основами песочной терапии, достижению результата посредством игр с песком.

Задачи:

1. Развивать самооценку, снятие эмоционального напряжения;
2. Способствовать мобилизации собственного творческого потенциала;
3. Развивать психические процессы, память, внимание, воображение, мышление;
4. Развить мелкую моторику пальцев рук.

Оборудование: стол с подсветкой, песок, ватман, магнитофон, релаксационная мелодия.

Как говорил Карл Густав Юнг: «Песочная терапия – это возможность выразить то, для чего трудно подобрать слова, соприкоснуться с тем, к чему трудно обратиться напрямую, увидеть в себе то, что обычно ускользает от сознательного восприятия».

Играя с песком, мы, независимо от возраста, приближаем к себе наш внутренний мир, чтобы внимательнее рассмотреть его: понять свои желания, разобраться с воспоминаниями, увидеть лучшее решение в сложной ситуации. И научившись находить гармонию в песочной картине, мы получаем опыт взаимодействия с окружающим миром.

Отдельно хочу отметить, что для взрослых подобная форма работы даже более эффективна, чем для детей. Игра с песком формирует у взрослого человека особое мироощущение, освобожденное от обыденности, стереотипов, ощущения нереализованности.

Данный мастер – класс представлен не случайно, моей единой методической темой является проектная деятельность в ДОУ.

В связи с чем, мною разработано множество проектов, и один из них, «Песочная терапия», целью которого является обоснование эффективности использования метода песочной терапии в педагогической практике, проект активно внедряется в работу с педагогами.

Итак, сегодня я вас познакомлю с современными упражнениями на песке. (кстати очень важный момент, нет песко-терапии и нет манко-терапии, я очень вас прошу не использовать эти термины, это ваша квалификация (терапевтическая работа с песком или манкой) заменим мы сегодня песок, манкой, работа с ней к нам пришла из Белоруссии, и сейчас активно используется в России)

А сейчас, уважаемые коллеги, я приглашаю 4 педагога, которые хотели бы поупражняться в мотивационных техниках. Пожалуйста, занимайте места за столами.

Итак, техника с которой всегда начинается песочная терапия называется мотивационные техники. С них человек всегда начинает работу с песком. Почему важны мотивационные техники?

1. Они вызывают доверие к песку.
2. Они вызывают интерес к песку. Если у вас будут эти два фактора, то у вас всё получится.

Мы исследуем с вами некоторые упражнения.

1. Первое задание очень простое - «Знакомство с песком», исследуем его возможности.

Из кучки манки предлагаю сделать максимально высокую горку.

2. Второй этап, есть три вида песочных дождя - низкий, средний и высокий (показать!)

Ваша задача испробовать все три вида дождя, набирая манку в руку, выпускаем песок струйкой и отслеживаем какой из видов дождя более соответствует вашему состоянию (**подавленное состояние, отличное игривое настроение....**) Если ваш сосед чуть-чуть белый от манки, это нормально.

3. «Блинчик» Хорошо, двигаемся дальше, из кучки дождя создайте блинчик толщиной в свой мизинец. Постарайтесь, чтобы он был круглый и ровный. Представьте, что это - тарелка, которую нужно расписать. Используя только мизинчики обеих рук украсьте узорами свою тарелку. Старайтесь работать двумя мизинцами одновременно. Разрешается выходить за края песочной тарелки, идея понятна, сделайте себе приятно, распишите свою тарелочку. Хорошо, внимание, СТОП!

Вы чувствуете, как меняется отношение к манке в момент рисования, вы уже вроде и не взрослые, но и уже не дети, в этом упражнении формируется мотивация доверия к песку.

4. «Квадрат»

Двигаемся дальше, сейчас из своей тарелки сделайте квадрат, вот кто в реальной жизни из круглой тарелки может сделать квадратную? - никто, а в песочной терапии можно. Со своей тарелки сделайте квадрат, желательно толщиной с мизинчик, и в своём квадрате используя только отпечатки пальцев, создайте образ животного, которое вам нравится, который вас восхищает, желательно чтобы после работы сосед узнал вашего животного, т.е. делаем его правдоподобным, узнаваемым...Сделали??? Спросите у соседа, что вы сделали...Поднимите руку у кого угадали животного.

5.Следующая техника друзья, вы сейчас будите работать в парах. Ваша задача вместе с партнёром придумать пять оригинальных перемещений песочных масс каждый демонстрирует по 5 вариантов, например ваш партнёр говорит вам, я свою кучку буду передвигать вот так (чух-чух), а вы говорите своему партнёру, а я буду свою кучку передвигать вот так (шить-шить), а я

буду вот так (пальчиком), кто не может придумать – пять приседаний...Поворачиваемся к своему партнёру, и начинаем работать, вы один способ и партёр один способ...*Вы почувствовали, тот момент, когда появляется партнёрство, это шикарное упражнение для партнёрско-родительских отношений, и в парах между которыми идёт конкуренция, вы их садите рядом, а они уже такое изобретают...т.к. конкуренция это стимул.*

Идём дальше, следующее задание это тоже работа в парах. Придумать по 3 оригинальных способа **6.зарывания разных частей кисти в песок.** Например, партнёр вот так зарывает пальцы в песок (коза-рогатая), кто-то зарыл ладонь, а пальцы торчат и т.д.идея понятна? Приступаем к работе...

Мы продолжаем серию мотивационных игр. Задания, которые мы сейчас будем делать они одни из самых моих любимых. **7."Действие по образцу"**, вы работаете в паре, один ведущий, другой ведомый, один что-то делает, другой за ним четко повторяет, ваша задача четко, в том же ритме, сделать, а затем поменяться (один ведущий, другой ведомый) Сначала на одной кучке, затем на другой, чтобы никому не было обидно. *Упражнение можно использовать в качестве проверки на обучаемость.*

Теперь моё любимое задание **8. «Обратные действия».** Работа в парах, один ведущий делает всё время разные, креативные действия, провоцируя партнёра на поиск противоположных действий. Важно учитывать любые детали - темп, ритм, геометрию, собирание-рассыпание и т.д.

Это упражнение хорошо подходит для тех, у кого накопилось что-то не высказанное...Упражнение для здоровой конкуренции, где мотивация формируется у обоих. Подходит для людей с подавленной мотивацией, апатией. Очень хорошо "оживляет", вводит в контакт. Дает возможность

достать что-либо невысказанное.

СТОП! Мы сегодня познакомились со спектром мотивационных игр, их можно использовать если нужно усилить лидерство, конкуренцию, если в коллективе есть педагоги у которых подавленная мотивация, апатия к работе...а так же эти упражнения хорошо помогают для налаживания контакта.

Вы познакомились с песком, получили положительный заряд эмоций. Ну, а теперь пусть каждый из вас при помощи песка материализует свою мечту.

Закройте глаза, расслабитесь. Попробуйте представить свою мечту в виде образа. У кого-то это может быть семейное счастье, встреча друга, путешествие, карьерный рост или просто отдых у костра. Откройте глаза и пусть каждый из вас, при помощи песка на стекле, материализует свою мечту.

Участники изображают на столе.

Вы нарисовали свою мечту на стекле, посмотрите на неё внимательно, зафиксируйте этот образ в памяти. Теперь каждый раз, когда вы будете думать о своей мечте, вы будете представлять её в виде этого образа. И она обязательно исполнится.

Наш мастер-класс подошел к концу, хочется попросить вас проанализировать сегодняшнюю работу. Что показалось наиболее интересным, полезным для вашей работы? Что показалось трудным?