Ігри з піском – улюблені ігри дітей.  Це і не дивно, адже з піску можна створювати все, що завгодно і відчувати себе неперевершеним майстром.  Як вірили древні філософи, світ складається з двох першоелементів – піску і води.  Граючись з піском, дитина відчуває себе володарем свого світу, переживаючи це відчуття, вона стає внутрішньо сильнішою тому, що може змінювати свої картинки, сюжети, стосунки і свій настрій. Дитина відчуває внутрішню свободу і впевненість, що вона все робить правильно. Спочатку в пісочниці, а потім і в реальному  житті.

       Сьогодні піскова терапія активно використовується у зарубіжній і вітчизняній  практиці. Дитині важко сформулювати і розповісти те, що з нею відбувається. Створюючи сюжети на піску, дитина може програвати свої труднощі, наприклад, у спілкуванні з іншими, свої страхи, долати сором’язливість, розвивати творчість.

       В умовах нашого дитячого садка і школи педагоги використовують пісочницю для розвиваючих ігор на піску. Розвиваючі і корекційні ігри в пісочниці набагато ефективніші, ніж стандартні прийоми навчання. Особливо корисними є досліди з піском, малювання на піску. Малюючи, дитина легко засвоює букви і цифри, геометричні форми, поняття «ліво» і «право» тощо. У неї розвивається наочно – образне мислення, сприйняття, пам’ять, тактильна чутливість, дрібна моторика руки.

      Особливо цікавою і корисною є групова робота в пісочниці. Спільна взаємодія налаштовує дітей на засвоєння моральних істин, життєвих правил, вчить домовлятись, поступатись, бути терплячим, толерантним, намагатись створювати гармонійний образ світу. В пісочниці можна інсценувати казки і притчі.

       Пісок діє на дітей як магніт. Руки самі тягнуться до піску, діти починають його просіювати, переносити, розглядати, пересипати, будувати гори і долини, моря і ріки. А якщо додати мініатюрні іграшки і фігурки, тоді з’являється цілий світ, володарем якого є дитина.

        Пісок наділений властивістю пропускати воду. Саме тому спеціалісти стверджують, що він поглинає негативну психічну енергію, очищає енергетику, стабілізує емоційний стан, є прекрасним засобом «турботи про душу» - саме так переводиться термін «психотерапія». Таким чином, гра з піском дозволяє дитині позбутися психологічних травм, перенести їх на площину пісочниці, і набути відчуття контролю над своїми внутрішніми переживаннями.

        Гра в пісочниці є символічною мовою для самовираження дитини. Маніпулюючи іграшками, дитина може показати як вона відноситься до себе самої, до подій в її житті, до дорослих, які її оточують. Метою такої терапії є надання можливості дитині бути самою собою, отримати радість творця свого світу, «відіграти» свій досвід і почуття, вирішити конфлікти. Іграшку дитина може закопати в пісок, заховати, утопити, вдарити. Це дозволяє знизити емоційну напругу,  відреагувати емоції. Те, що глибоко ховалось в дитячій душі, виходить на поверхню і дозволяє виразити свої переживання. Повтори психотравмуючих ситуацій, їх програвання в піску, дозволяють змінювати емоційне відношення до них. Дитина сама себе лікує.

         Педагог виконує роль уважного глядача. Його позиція – активна присутність, а не керівництво процесом. Звільнення подавленої енергії трансформується в енергію, направлену на розвиток особистості.

         Досить легко влаштувати пісочницю для дитини вдома. Для цього вам знадобиться ящик розміром 70/60/15 см. Наполовину заповніть його чистим, промитим і прожареним піском. Ящик має бути синього кольору. Тоді його стіни  будуть означати небо, а якщо розгорнути пісок до дна пісочниці – утвориться море і т. д. Вдома у вас знайдуться камінці, ракушки, шкаралупки від горіхів, шишки, дрібні іграшки людей, тварин, будинків, машин і інше. Нехай ваша дитина грає. Батькам цікаво звернути увагу на зіграні сценки: будуть вони агресивні чи ласкаві? Як спілкуються персонажі? Яка фігурка виконує роль тата, мами? Ким себе представляє дитина? Як вона відноситься до персонажів?

          Швейцарський психолог і філософ Карл Гюстав Юнг стверджував, що «часто руки знають, як розплутати те, над чим безуспішно б’ється розум». На цій властивості спонтанного вираження і заснована піскова терапія, визнана в усьому світі.