**Песочная терапия как один из приемов развития**

**уверенности в себе у школьников**

Огородникова Елена Александровна,

педагог-психолог

МБОУ «СОШ № 61 г. Челябинска»

Дорогие коллеги, я вас приветствую на мастер-классе, посвященном формированию уверенности в себе!

Уверенность…Удивительное слово! У-веренность – мы так говорим, когда верим во что-то. В себя, в свои силы, в свой успех, в то, что правильно выбрана дорога.

Уверенность… Какое важное качество для каждого человека. А тем более, когда начинается пора подготовки к экзаменам, Уверенность нужна всем: и родителям и выпускникам и педагогам. Уверенность – это тот необходимый ресурс, который помогает нам преодолевать трудности, достигать желаемых целей и просто быть успешными.

Свой мастер-класс я хочу начать сказкой.

Сказка «Две веры».

*Две веры\**

*Встретились на перекрестке двух дорог Уверенность и Неуверенность.*

*-Ну, вот мы и встретились, - сказала Уверенность.*

*-Давно мечтала с тобой познакомиться!*

*-А я не ожидала тебя увидеть, много хорошего о тебе слышала, а встретились, и растерялась! – ответила Неуверенность.*

*-Слушай, мы же с тобой так похожи, мы обе во что-то ВЕРИМ. Вот ты во что веришь? – спросила Уверенность.*

*-Ну, не знаю, надо подумать,- ответила Неуверенность.*

*-Я в тебя верю. Вот ты стоишь передо мной энергичная, с горящим взглядом, какой-то свет от тебя идёт внутренний.*

*-Верю в эту дорогу, но не знаю, осилю ли я её, иду по ней и, постоянно, хочется вернуться назад! Страшно, представляешь, а вдруг я её не осилю? – искренне проговорила Неуверенность.*

*-Ты знаешь, дорогу осилит идущий! На пути ты преодолеваешь трудности или терпишь поражение, но в этом и ценность, ты получаешь опыт, через который постигаешь саму себя, свои сильные и слабые стороны. Главное – пробовать идти, падаешь, снова поднимаешься и в путь! И ты узнаешь свои возможности, таланты. Принимай даже ошибки как пользу для себя. Главное действовать, не сидеть и не ждать! – продолжала Уверенность.*

*-Да, - сказала Неуверенность, - легко говорить, но получится ли так в реальной жизни? У всех получается, а у меня может не хватить сил?*

*-Решать тебе – ответила Уверенность.*

*И они пошли каждый своей дорогой, удаляясь друг от друга и , оставляя после себя ВЕРУ, а во что решать уже вам!*

Я предлагаю вам подойти к песочницам. На столах лежат камни. Это Камни вашей Уверенности, вашей твёрдой Веры во что-то. Возьмите камень в руки, вселите в него свою Веру. А теперь скройте его в песке. Теперь в каждой песочнице есть очень крепкий фундамент, на котором можно строить. Я предлагаю вам построить в песочнице страну под названием «Уверенность»

Посмотрите, какие удивительные, интересные появились страны под названием «Уверенность». Сохраните в своем сердце память о своей стране.

Но, ничего в нашем мире не вечно, все изменчиво. Я прошу вас разобрать свои песочницы. А теперь, достаньте свой Камень Уверенности. Он стал еще крепче, еще сильнее. Ведь он был фундаментом целой страны. Возьмите его с собой! Пусть он будет напоминать вам о вашей Уверенности.

Большое спасибо за работу!

\*Сказка Натальи Владимировны Лебедевой, педагога-психолога МБОУ «СОШ № 42 г. Челябинска», сочиненная для данного мастер-класса