



Ce este Sandwork Expresiv® sau sprijin emotional pentru copii prin lucrul expresiv cu nisipul

**L**ucrul expresiv cu nisip (Sandwork expresiv®) este o metoda transculturala si non-verbala de sprijin psihologic aplicabila in situatiile in care ajutorul psihoterapeutic nu este disponibil. Aceasta metoda se practica in mai multe tari datorita implicarii voluntarilor care sunt formati si supervizati de catre trainerii ai Asociatiei Internationale de Sandwork Expresiv (International Association for Expressive Sandwork - IAES).



Metoda in sine este o adaptare a Tehnicii Lumii a Margaretei Lowenfeld si a terapiei Sandplay (Jocul cu nisip) a Dorei Kalff si este bazata pe fundamentele teoretice ale lui C.G. Jung. Este conceputa special pentru situatii de urgenta, dezastre si pentru interventii mai largi in comunitati vulnerabile din punct de vedere socio- economic.

Obiectiv. Desfasurare. Elemente

**S**copul asistentei psihologice prin metoda Sandwork este sa ajute copiii sa isi activeze procesul de autoreglare psihica recurgand la propriul lor potential creativ.

- Sandwork expresiv® se realizeaza in grup, pornind de la existenta unui spatiu liber si protejat in care fiecare copil creaza o scena intr-o cutie cu nisip utilizand miniaturi, in prezenta unui adult care acompaniaza empatic, fara cuvinte, jocul acestuia.

- Sesiunile de sandwork dureaza aproximativ o ora.

- Principalele elemente sunt: un grup de voluntari care au rolul de a proteja si contine, fiecare acompaniind un copil, o cutie cu nisip usor umed pentru fiecare copil si fi-



gurine de jucarii sau miniaturi care sa le permita sa reprezinte in nisip o lume micuta.



## Beneficiile participarii la un proiect Sandwork Expresiv® pentru copiii implicati

Experienta unui proces de lucru expresiv cu nisip (Sandwork Expresiv®) este bogata si complexa

■ In primul rand este ceva nou si diferit de ceea ce experimenteaza ei in viata de zi cu zi, este un spatiu liber si protejat, in care fiecare isi exprima creativitatea si lumea interioara in liniste, in absenta cuvintelor si a interpretarilor.



■ Copiii care participa au posibilitatea sa lucreze alaturi de alti copii si sa nu simta deloc sentimentul competitiei si al confruntarii.

■ Alaturi de ei si pentru ei este un adult care nu le cere sa faca ceva anume, nu ii judeca si nu ii critica, ii priveste cu respect si interes si le "transmite" non verbal doar sa se simta liberi sa existe cu tot ceea ce sunt ei in acel moment

■ Un alt beneficiu este legat de experienta de a lucra in grup, a fi alaturi de mai multi copii si a simti ca este "spatiu" pentru toti.

■ Toate acestea il ajuta pe copil sa isi dezvolte increderea in sine, curajul sa isi exprime trairile si confuziile si ii dezvolta increderea de a comunica cu un adult prin limbajul universal al imaginilor.

■ **Aspectul cel mai important pe care il ofera un proces Sandwork Expresiv®** este ocazia copilului de a experimenta si trai o relatie sanatoasa cu un adult, cu alti copii, cu mediul si mai ales cu propria lume interioara, propriul univers sufletesc.

## Rezultate

Copiii care au participat la procese de Lucru expresiv cu nisip (Sandwork expresiv) au inregistrat schimbari semnificative, printre care:

- diminuarea nivelului de agresivitate si/sau anxietate
- o relatie mai buna cu ei insisi: imagine de sine mai buna, incredere, creativitate, perseverenta
- o mai buna relatie cu ceilalti: comunicare mai buna, empatie, expresie a emotiilor, autoafirmare
- progrese in procesele cognitive: atentie mai buna, concentrare, motivatie, capacitate de invatare mai buna

## Beneficiile participarii la un proiect Sandwork Expresiv® pentru VOLUNTARI

■ participarea alaturi de alti adulti la o activitate umanita care are impact asupra comunitatii care ofera un sentiment al sensului si valorii personale

■ dobandirea unei baze teoretice si practice solide prin sesiuni formative la cele mai inalte standarde in cadrul carora isi vor putea insusi cunostinte, concepte si notiuni de psihologie si vor experimenta personal cateva sesiuni de lucru expresiv cu nisip

■ posibilitatea de a invata dintr-o experienta personala profunzimea relatiilor dintre doua persoane, fara a fi nevoiti sa intervina sau sa faca "prea mult"



■ experimentarea importantei stabilirii unui cadru care sa implice un spatiu liber si protejat

■ experienta apartenentei la un grup

■ concentrarea atentiei catre propriile ganduri, emotii si trairi

■ cunoasterea de sine prin intermediul lucrului cu copilul si a trairilor revelate in acest proces

■ a fi martor la uimitoarele procese sufletesci de autoreglare si la nesfarsita creativitate si originalitate a omului.