В начале 20 века швейцарский психолог и философ Карл Густав Юнг впервые обратил внимание на терапевтический эффект от игры с песком при психических расстройствах детей и взрослых. Он стал применять этот метод для психокоррекции своих пациентов и в дальнейшем описал его. Метод этот приобрел название юнгианского. Он нашел широкое применение в практической психологии.

Несомненный терапевтический эффект юнгианского метода позволяет добиваться серьезных результатов в лечении психосоматических расстройств у детей дошкольного и младшего школьного возраста. Кроме того, игра с песком является великолепным подспорьем в развитии навыков и умений детей дошкольного возраста. Эта методика получила название Sandplay.

Терапевтические игры с песком для детей дошкольного возраста: что надо для игр в юнгианской песочнице?

В Сандплей используется деревянный ящик, окрашенный изнутри и снаружи голубой или синей краской. Ящик должен быть водонепроницаемым потому, что в процессе игр песок приходиться мочить. Габариты ящика для 1-3 детей должны быть — 50х70х10 см. Такие габариты выбраны не случайно, это оптимальное поле зрительного восприятия ребенка, он способен охватить его целиком. Голубой или синий цвет  — это символы неба и воды, кроме того эти цвета действуют успокаивающе на психику ребенка. Ящик может быть и из других материалов, но предпочтение следует отдать именно дереву.

На 2/3 объема ящик засыпается песком. Песок должен быть чистым, просеянным, можно использовать речной или морской песок, главное, чтобы он не был не слишком мелким и не слишком крупным. Он должен быть сыпучим и приятным на ощупь. Для игр в песочнице нужна коллекция миниатюрных игрушек. Размер игрушек не должен превышать 8 см.

Игрушки для песочной терапии:

Человеческие персонажи, куклы, миниатюрные статуэтки. Их можно подбирать отдельно, а можно приобрести игрушки в магазине отдельными тематическими группами.

Фигурки животных. Пойдут фигурки из «киндер сюрприза», можно самим [слепить фигурки из пластилина](http://baragozik.ru/razvivaemsya-i-uchim/lepka-s-detmi-do-2-let-2-4-let-4-6-let-obzor-materialov-master-klassy-podelok.html) или[сделать поделки из соленого теста](http://baragozik.ru/4-6-let/kak-delat-podelki-iz-solenogo-testa-s-detmi-recept-testa-master-klassy-s-foto.html). Это могут быть дикие, домашние, доисторические животные

Предметы домашнего обихода: детская посуда, домики, флаконы из-под духов и туалетной воды, коробочки из-под кремов.

Сказочные персонажи добрые и злые.

Персонажи из комиксов и «мультяшные» герои.

Украшения, сувениры.

Природные элементы: ветки, цветы, коряги, интересные сучки деревьев.

Все эти сокровища должны храниться в определенном месте, как бы жить в своем домике.

Занятия по методу Sandplay — какие игры сохранят интерес ребенка к песочной терапии?

Люди познают мир через 5 органов чувств и самое древнее из них тактильное ощущение. Первое ощущение ребенка в мире — это тактильное ощущение. И подсознательно люди привыкли ему доверять. Именно это доверие к тактильно-кинестетическим ощущениям и делает терапевтические игры с песком столь результативными. Поэтому и начинать игротерапию нужно с тактильного знакомства с песком. Есть ряд методик, как грамотно и правильно выстроить эти занятия.

Знакомство с песком по методу Sandplay — игры для маленьких детей

Предложите детям проделать следующие действия с песком:

Поскользить ладонями по песку зигзагообразно, круговыми движениями, как ашинки, как санки, как змейки.

Сделать те же движения ребрами ладоней и обсудить с ребенком разницу в оттисках, постараться дать ребенку возможность самому объяснить, в чем разница. Старайтесь не поправлять ребенка, не навязывать ему своего мнения, а,  напротив, всячески поощрять и хвалить его.

 Набрать песок в ладошки и высыпать его тонкой струйкой, проговаривать ощущения, испытываемые при этом. Сделать это правой, затем левой ладошкой, затем обеими сразу.

Закопать ладошки в песок и потом «найти» их. Все это проделывается в игровой форме. Задается вопрос «куда подевались наши ручки?», а затем радость от того, что ручки найдены.

Раскрытую ладошку положить на песок и закрыть глаза. Затем взрослый насыпает песок на пальчик, а малыш должен угадать, на какой палец насыпан песок, и пошевелить им, как бы здороваясь с песком.

Пробежаться пальчиками по песку, оставляя на нем следы. Или поиграть на песке, как на пианино. Все это нужно проделывать с комментариями.

Песочная терапия: упражнения для детей для развития моторики, снятия эмоционального напряжения, агрессии.

Взаимодействуя с песком в процессе игр, ребенок получает свой первый опыт рефлексии (самоанализа), он учится распознавать и идентифицировать свои ощущения, развивается мелкая моторика рук. Когда ребенок пытается проговаривать свои ощущения, происходит развитие речи, мышления, поэтому значение песочной терапии трудно переоценить.

Упражнения для песочной терапии

На ровной поверхности песка взрослый и ребенок оставляют оттиски своих рук, сначала просто прижимают ладонь к песку, а затем делают это тыльной стороной ладони. При этом взрослый проговаривает, что он в данный момент ощущает. И просит ребенка рассказать о своих ощущениях. Маленький ребенок будет не многословен, нужно задавать ему наводящие вопросы. Какой песок? Гладкий? Сухой? Какая разница в ощущениях прикосновений тыльной стороной ладони? Это учит ребенка прислушиваться к своим ощущениям, классифицировать ощущения, как приятные или не приятные. Казалось бы, такая простая процедура, как прикосновение дает богатейший опыт для размышлений, если делать это осознанно. Такие  [упражнения развивают мелкую моторику](http://baragozik.ru/razvivaemsya-i-uchim/kak-razvivat-melkuyu-motoriku-ruk-u-rebenka-poleznye-sovety-roditelyam.html), учат давать характеристику своим ощущениям.

Создать пальцами, костяшками пальцев, ребрами ладоней, кулачками различные узоры на песке, а затем пофантазировать, на что они похожи. Можно увидеть цветы, снежинки, ветки или следы животных. Тут необъятный простор для фантазии, нужно только ненавязчиво, исподволь пробудить ее в ребенке. Это упражнение положительно влияет на эмоциональное состояние детей.

Устройте с детьми ливень из песка. Пусть сначала это будет мелкий дождик из песка, поместившегося в одной ладошке, потом дождик усиливается, песок зачерпывается двумя ладонями, а вот для ливня можно использовать, как вспомогательный материал, детское ведерко. Важно, чтобы ребенок осознал идею своей причастности к событиям окружающего мира. Он будет меньше его бояться. Мир перестанет быть для него враждебным. Упражнение помогает устранить напряжение, стресс, агрессию.

Как применяется песочная терапия для коррекции эмоциональных, логопедических и других проблем у детей?

Как песочная терапия помогает в лечении психосоматических заболеваний?

Детям очень трудно выразить словами то, что волнует и беспокоит их глубоко внутри. У них маленький словарный запас, да даже взрослые не всегда могут докопаться до источника внутреннего дискомфорта, где уж малышу справиться с этой непосильной задачей. Но страхи и сомнения терзают его душу, и происходит перенос этой душевной боли на тело. Так появляется тик, заикание, энурез, агрессивное поведение.

Психологи называют такие заболевания психосоматическими. Лечение таких заболеваний медикаментозно не приносит успеха. Здесь, как в гомеопатии – подобное лечится подобным.

Психологи говорят, что в таких ситуациях нужно спроецировать свой внутренний на мир вовне. Можно нарисовать свое состояние, но маленькие дети плохо рисуют. Они расстраиваются, плачут, а взрослые не могут их понять. Благодаря проигрыванию внутренних переживаний в терапевтических играх с песком, дети освобождаются от гнетущего груза внутренних переживаний и идут на поправку.

Взрослые, наблюдая за их поведением во время игры, учатся понимать и расшифровывать их поведение и адекватно на него реагировать. Такие игры называются проективными и их значение трудно переоценить.

Примеры проективных игр:

«Моя семья». Ребенку предлагают выбрать из огромного разнообразия предметов те, которые ему понадобятся для воссоздания своей семьи. Взрослые никак не влияют на его выбор. Попросите ребенка, чтобы он разместил членов своей семьи как ему хочется. Предложите ему ситуацию, что сейчас вечер и вся семья дома, и каждый занимается своим делом. Обратите внимание, кто находится в центре композиции, спросите ребенка, почему именно этот человек занимает центральное положение. Спросите, каковы его взаимоотношения с «центровым». Расспросите, каковы вообще взаимоотношения в семье. Кому лучше всех живется в семье и почему. Поверьте, что в процессе разбора его композиции, вы, очень много нового и полезного для себя узнаете о своем ребенке и своей семье. Ну, а более глубокий анализ доверьте все-таки профессионалу психологу.

«Мои друзья». Ребенку задаются ситуативные параметры игры. Он должен выбрать фигурки и назвать их именами своих друзей. Не удивляйтесь, если это будут вымышленные персонажи, а среди реальных людей друзей не окажется. В процессе воссоздания заданной вами ситуации будет сделано много открытий. Вы можете узнать о проблемах вашего чада и помочь ребенку преодолеть трудности в общении с детьми в детском саду или школе. А он в процессе игры будет успешно преодолевать эти трудности, что в результате переноса изменит ситуацию и в реальной жизни.

«Сказочные сюжеты». Вы можете предложить ребенку построить свое сказочное царство и населить его добрыми и злыми персонажами. Сам ребенок должен играть роль борца со злом. В этой игре может быть задействовано неограниченное количество миниатюр, причем в процессе он может их свободно менять. Здесь он хозяин положения. Если ребенку не мешать, то откроются такие его глубинные проблемы и страхи, о которых взрослые даже не подозревали. Причем в процессе игры нужно мягко направить ребенка на преодоление этих страхов. Ему следует объяснить, что здесь он хозяин и у него всегда есть выбор и возможность сделать так, как хочет он. Осознание того, что он всесилен и сам может изменить любую ситуацию, сделает ребенка счастливым. Позже и в реальной жизни ребенок станет более уверенным в себе и менее тревожным.

В. Андреева, песочный терапевт, юнгианский аналитик:

Использование метода Песочной терапии приглашает нас  в путешествие, где порой будет не просто, но всегда интересно. Процесс разворачивается как с сказке, к внутреннему глубинному смыслу, мечте, потерянным частям себя и отношений. Меня не перестает удивлять и вдохновлять оживающие в картинах фигурки, как они соединяют прошлое и будущее, дают возможность познакомиться  с собой и ведут по пути индивидуации.

Н. Скибинская, аналитический психолог, песочный терапевт:

Методика Sandplay может быть применима не только в психологии для психокоррекции, но и в домашних условиях в познавательных целях. Родители, которые всерьез озабочены воспитанием маленького человека, смогут с помощью песочной терапии, [сказкотерапии](http://baragozik.ru/vospitanie/skazkoterapiya-kak-lechit-skazkoj-psixologicheskie-problemy-u-detej.html)  успешно корректировать поведение своих детей.

В процессе игры развивается фантазия детей, речь, мышление, развиваются коммуникативные навыки, творческие способности. Хорошо бы еще организовать столик со стеклом и подсветкой для рисования песком. Затраты здесь не велики, дорогие игрушки стоят куда больше. Зато отдача от таких игр превзойдет самые смелые ваши ожидания.

В наши дни большое распространение получили услуги психологического характера. Формы, методы и модели в работе психологов достаточно разнообразны. И каждому начинающему специалисту, в большинстве своём, приходится опираться только на свою интуицию, которая помогает им определиться хотя бы с психологическим направлением. Но в основном многие российские психологи, желая помочь человеку, работают в русле нескольких научных школ, используя в своей работе разнообразные техники (психоаналитические, юнгианские, психодраматические и т. д.). Любой психолог в своей профессиональной деятельности не имеет ограничительных рамок. Приобретая опыт, он может искать, анализировать и осваивать всё новые и новые методы, формы, техники работы с людьми, которые, по его мнению, будут наиболее действенны в той или иной ситуации. В данной статье нам хотелось бы более подробно рассмотреть интересный и актуальный на сегодняшний день метод песочной терапии, а также технологию проведения песочных игр при консультировании детей. Песочная терапия — один из методов психотерапии, автором которого является швейцарский юнгианский аналитик Дора Калф. Этот метод возник в русле юнгианского аналитического подхода и во многом опирается на работу с символическим содержанием бессознательного как источником внутреннего роста и развития. Песочная терапия является одним из способов общения с окружающим миром и самим собой, средством снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития. Она позволяет прикоснуться к глубинам подлинного Я, восстановить свою психическую целостность, самочувствие, создать внутреннюю гармонию, собрать свой уникальный образ, картину мира. Сегодня психотерапевтами выделяется несколько направлений Sandplay. Это связано с тем, что в последнее время возможности метода стали активно расширяться, появилось множество модификаций и форм. В городе Сан-Франциско на международной конференции была принята следующая классификация (1995):

1)        Sandplay с заглавной буквы «S» является классической формой юнгианской песочной терапии с ее методологической и теоретической базой;

2)        sandplay со строчной буквы «s» сигнализирует о том, что психолог имеет дело с одной из множества модификаций данного метода: песочная терапия в рамках арт-терапии, создание мандалы, медитации на песке, сказки на песке, дидактические программы на песке, педагогические развивающие техники. Метод Sandplay, дословно переводимый как «песочная игра», является достаточно необычной техникой. Метод песочной терапии чаще всего применяется практикующими психологами при наличии у клиента сильных эмоциональных нагрузок. Медленно пересыпая песок из одной руки в другую и ощущая его, человек, тем самым, «отдаёт» ему своё скопившееся напряжение, начинает испытывать некое умиротворение, спокойствие. В таком состоянии перед человеком открываются безграничные возможности. Работа с песком выступает для специалиста в качестве терапевтического и диагностического метода. Для детей такая игра является простым, естественным способом выражения своих тревог, страхов и других не менее важных переживаний. Игра с песком помогает маленьким клиентам преодолеть выраженное в разной степени эмоциональное напряжение. Песочную терапию можно применять в качестве монотерапии (самостоятельной техники, единственной в курсе лечения) или дополнять и усиливать ею эффективность других психотерапевтических методов, таких как гештальт-терапия, сказкотерапия, когнитивная психотерапия, арт-терапия, символдрама, гипноз, работа с телом и движениями и др. Для проведения юнгианской песочной терапии используются два водонепроницаемых деревянных подноса прямоугольной формы, выкрашенных изнутри в голубой цвет, который, в свою очередь, символизирует воду и небо: один для работы с чистым речным сухим песком, другой — для работы с мокрым. Песочница заранее заполняется на 1/3 просеянным, прокварцованным песком, из которого клиент может сформировать необходимый ландшафт экспозиции. Но многие практикующие психологи используют один ящик стандартного для песочной терапии размера 50 см x 70 см x 10 см, разрешая ребёнку использовать воду для смачивания песка, если это необходимо. Для того, чтобы создать собственный мир в песочнице, ребёнку предлагаются разнообразные по размеру, характеру и материалам игрушки. Они должны быть расположены перед глазами маленького клиента на полках и распределены по группам: дикие, домашние или вымершие животные, рептилии, насекомые, рыбы, птицы, растения, дети, взрослые, старики, воины, маги, колдуны, магические символы, источники для загадывания желаний, ящики с сокровищами, деньгами, драгоценностями, ангелы, дома, техника, средства передвижения, монстры, страшилки, камушки, ракушки, минералы, сломанные игрушки, мосты, объекты среды обитания человека, предметы быта, орудия труда, музыкальные инструменты, религиозные объекты, надгробия, порталы и т. д. Также ребёнку можно использовать воду, для того, чтобы смешивать песок, создавать горы, влажные ландшафты или холмы. Всё это даёт возможность маленькому «творцу» создать на песке всё, что он задумал, всё то, что возникает спонтанно у него в сознании. Иными словами, перед ребёнком открываются бескрайние просторы вселенной, в которой он может создать свой индивидуальный мир. Песочная терапия открывает двери в мир детства человеку любого возраста, провожая его к своему бессознательному и тайнам, скрытым в нём. В процессе консультирования детей песочная терапия может проводиться в разных формах: индивидуальной, парной или групповой. Одна сессия длится около 1 часа и может включать в своё содержание как аналитический этап, так и формулировку возможных выводов. Но чаще всего такой необходимости не возникает, так как исцеляющее воздействие продолжается после проведения сеанса, в процессе осознания и осмысления возникшего в пространстве песочницы образа и его связи с реальной проблемой, возникшей в жизни ребёнка. Каждое занятие обязательно должно нести цель. Например, если песочная терапия проводится в групповой форме, то главной целью для психолога в этом случае будет обучение детей взаимодействию и конструктивному сотрудничеству. Игры с песком можно разделить на группы в зависимости от вида проводимого занятия: обучающие игры (например, игры, направленные на развитие тактильно-кинестетической чувствительности, мелкой моторики рук, фонематического слуха, коррекцию звукопроизношения, обучение чтению и письму); познавательные игры (игры, направленные на знакомство с окружающим миром; географические игры; фантастические игры; исторические игры; игры-экскусрии по городу); проективные игры (собственно проекция своего внутреннего мира на песке).

Для правильной организации песочной игры с ребёнком консультант должен знать следующие пять шагов:

1.                   Первый шаг — демонстрация песочницы. На данном этапе ребёнку предлагается следующая инструкция: «Посмотри на нашу песочницу, она заполнена песком наполовину. Это позволяет тебе видеть борта, окрашенные в голубой цвет. Как ты думаешь, зачем это нужно? Дело в том, что борта нашей песочницы символизируют небо. Но у песочницы есть и еще один секрет. Если ты раздвинешь песок, то обнаружишь голубое дно. Как ты думаешь, а это зачем нужно? Дно символизирует воду. Ты можешь создать реку или озеро, море или даже океан, если тебе это будет необходимо. А с помощью кувшина с водой сухой песок легко превращается во влажный. Словом, здесь все подвластно твоей фантазии».

2. Второй шаг — демонстрация коллекции фигурок. Этот шаг предполагает следующие действия со стороны психолога: «Посмотри внимательно на разнообразнообразие фигурок, которые ты видишь перед собой. Ты можешь их не только рассмотреть, но иподержать в руках. Здесь есть люди, живтные, деревья и многое другое. Играя с песком, ты можешь создать свой мир, свою картину в песочнице, используя любые из этих фигурок».

3. Третий шаг — знакомство с правилами игр на песке. Независимо от того, что перед ребенком при проведении песочной терапии не задаются жёсткие рамки, всё же соблюдение некоторых правил необходимо. Чтобы избежать нравоучений, эти правила можно завуалировать в контексте некоего ритуала: нельзя намеренно выбрасывать песок из песочницы, нельзя бросать песок в других (если проводится групповое занятие), по окончанию игры игрушки необходимо поставить на место, после игры в песке нужно помыть руки.

4. Четвёртый шаг — формулирование темы занятия, инструкций к играм, основное содержание занятия. Этот шаг осуществляется с помощью виртуального сказочного героя (Песочной Феи, Песочного человека и др.). Он задаёт тему занятию, от его лица ведётся рассказ о каком-либо событии. Он даёт ребёнку все необходимые инструкции на этом этапе, интересные задания, загадывает загадки и т. д. То есть весь необходимы материал преподносится клиенту через сказочного героя. Выдуманный персонаж ведёт игровой процесс, контролирует его ход, резюмирует и анализирует то, что происходит на песке, подбадривает и хвалит ребёнка, но не в коем случае не высказывает оценочных реплик. Особое внимание на этом этапе стоит уделить формулировке инструкций. Например, при обнаружении внутрисемейных проблем, инструкция может звучать следующим образом: «Создай, пожалуйста, на песке картину, похожую на твою семью. Подбери такие игрушки, которые будут выступать в роли членов твоей семьи, и расположи их на песке так, чтобы каждый занимался привычным для него делом». Таким образом, формулировка инструкции зависит только от тех задач, которые ставит перед собой специалист при проведении психотерапевтической работы с ребёнком.

5. Пятый шаг — завершение занятия, ритуал выхода. На этом этапе ребёнок разбирает свою постройку, расставляет игрушки на место, разравнивает песок и прощается с ним.

Таким образом, соблюдение всех вышеописанных шагов позволит избежать со стороны ребёнка посторонних вопросов («Зачем меня сюда привели?», «Что мне нужно делать?», «Чего от меня хотят?»), плавно подведёт его и включит в основной этап работы. Используя метод песочной терапии в своей работе, детский психолог должен знать, с клиентами какого возраста его можно эффективно применять. На самом деле, метод песочной терапии может использоваться психологами при работе с детьми в возрасте от трёх лет. Имеются данные по успешной апробации песочной терапии с детьми более раннего возраста. Важно понимать, что применение данного метода в процессе консультирования не предполагает разового использования. Песочная терапия рассчитана на достаточно длительный срок в зависимости от формы занятия и глубины проблемы. Песочная терапия имеет множество преимуществ. Перечислим некоторые из них. Игра на песке является естественным языком для детей. Ведь зачастую, независимо от возраста клиента, человек, пришедший к психологу, не всегда может объяснить словами, какие трудности или конфликты появились на его жизненном пути. Он может не понимать, из-за чего всё это с ним происходит. Песочная терапия в таком случае даёт возможность клиенту представить с помощью образов то, что происходит в его внешнем и внутреннем мирах. Для него образы являются средством общения с психологом и с самим собой. С помощью образов клиенту представляется возможность передать свой бессознательный «материал».

При проведении песочной терапии перед ребёнком не ставятся жёсткие задачи, условия и критерии. Психологом создаются лишь такие условия, в которых будет активно проявляться созидающая творческая сила ребёнка. Консультант занимает безоценочную ведомую позицию при таком взаимодействии со своим клиентом. В зависимости от желания ребёнка специалист может находиться либо в стороне, либо рядом с маленьким клиентом. Роль психолога не является ведущей. В соответствии с этим, игры с песком можно использовать с тревожными или мнительными детьми, которые испытывают страх перед поставленной задачей. Используя различные фигурки для построения собственного мира на песке, ребёнок строит новые взаимоотношения с самим собой и другими. Ребёнок может изменить свой мир так, чтобы в нём стало комфортно и при этом остаться в нём главным. Всё это позволяет ребёнку раскрепоститься, расслабиться и с огромным увлечением окунуться в мир фантазий в кабинете психолога. Таким образом, песочную терапию можно использовать в работе детьми, испытывающими сложности во взаимоотношениях со взрослыми (родителями, воспитателями, учителями) и сверстниками. Метод песочной терапии очень эффективен в работе с детьми с повышенным уровнем агрессии. Но излишняя агрессивность как и другие психлогические проблемы не появляется просто так. Известно, что одной из основных причин проявления агрессии у младших школьников может быть повышенный уровень тревожности. Агрессия в этом случае представляет из себя механизм психологической защиты.

В соответствии с этим, с помощью песка, воды и миниатюрных фигур ребёнок может сделать что-то новое, необычное, а затем сломать или изменить то, что уже создано. Таким образом, маленькому клиенту предоставляется возможность в безопасной форме выплеснуть свою агрессию, гнев и проработать отрицательные эмоции. В процессе такой работы ребёнком проживается и усваивается опыт безусловного, безоценочного принятия самого себя и своих действий. Всё это способствует повышению самооценки, уверенности в себе, даёт ощущение собственной значимости и защищённости. Играя с песком, у ребёнка разрешается множество внутренних эмоциональных проблем, так как восприятие всего происходящего переводится на более глубинный уровень. На разыгрываемую в песочнице ситуацию ребёнок может посмотреть со стороны. Всё это позволяет провести параллели между игрой и реальной жизнью. Клиенту даётся возможность осмыслить всё, что происходит, а также найти способы выхода из сложившейся ситуации. Таким образом, песочные игры помогают детям преодолеть множество различных страхов, пугающих сновидений. Песочная игра является одним из самых органичных, привычных, хорошо знакомых и реальных для ребёнка способов исследования мира, выражения своих переживаний, выстраивания отношений. Выражая свои самые глубокие эмоциональные переживания, ребёнок сам себя лечит. Благодаря этому пережитое не перерастает в психическую травму. Из всего выше сказанного видно, что песочная терапия в действительности является многогранным методом, востребованным не только в психологии, но и в других сферах жизни. В соответствии с этим, песочная игра является увлекательным занятием для любого ребёнка, а также представляет из себя самую доступную форму работы и взаимодействия с детьми.

**Литература**

1. «Научно-методическое пособие: Αρτ-кухня: волшебные рецепты. / Е. Тарарина , »: Элтон-2; Луганск; 2014.
2. «Песочная терапия: практический старт. Библиотека арт-терапевта / Елена Тарарина»: Астамир-В; Киев; 2017.
3. «Почему ты можешь всё. Как сохранить семью и преуспеть в карьере / Елена Тарарина»: 2014
4. «Практикум по арт-терапии : шкатулка мастера : науч.-метод, пособ. / Тарарина Е. – К. : АСТАМИР-В,2016. »: Астамир-В; Киев; 2016.
5. «Тканевая терапия в работе с разными категориями клиентов. Библиотека арт-терапевта / Елена Тарарина»: 2015.
6. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. – СПб.: ООО Речь, 2000. – 310 с.