

Представляет собой стол, покрытый слоем пес-



ка. При рисовании изображения подсвечиваются разными световыми фонами, что создает ощущение необыкновенности нарисованного.

Песочная терапия—
«песочная фантазия»



Сенсорная тропа
- способствует улучшению кровообращения, оказывает массажный эффект-



Сухой бассейн—глубокая релаксация, выравнивание психоэмоционального фона, мягкий массаж тела



Фиброоптическое волокно «Звездный дождь» - помогает сфокусировать взгляд, способствует стимуляции рецепторов мелкой моторики, развитию координации движения «Глаз-рука»

После прохождения курса сеансов в сенсорной комнате наблюдаются следующие изменения в состоянии клиентов:

- снижение агрессивности, конфликтности, негативизма в поведении
- Стабилизация психоэмоционального фона
- Улучшение сна
- Снятие стрессового состояния
- Снижение уровня тревоги
- Повышение порога сенсорной чувствительности
- Снижение болевых ощущений опорно-двигательного аппарата
- Ослабление головных болей
- Нормализация кровяного давления
- Улучшение работы двигательного анализатора
- Повышение мотивации к деятельности и общению
- Снижение утомляемости

Цикл занятий составляет от 5 до 10 сеансов. Продолжительность—10-40 минут. Самый короткий—первый, далее время увеличивается на 5 минут.

Ждем Вас по адресу :
с. Долгодеревенское, ул. Северная 14

Тел. 8(35144) 5-22-53



Муниципальное учреждение
«Комплексный центр социального обслуживания населения»
Сосновского муниципального района

Волшебный мир сенсорных комнат не оставляет равнодушным никого



Отделение дневного пребывания

С. Долгодеревенское, ул.
Северная 14

Тел: 8 (35144) 3-21-06,
5-22-53

Сенсорная комната—помещение, оборудованное и организованное с использованием стимуляторов всех органов чувств, с целью погружения человека в состояние расслабления. В сенсорной комнате создается среда, обеспечивающая релаксацию и субъективное ощущение уюта, комфорта, безопасности.

Мы воспринимаем окружающий мир и события, происходящие внутри нас при помощи органов чувств. Наши чувства говорят нам о мире, в котором мы существуем, они влияют на нашу реакцию. Ниши обоняние, осязание, зрение и слух обеспечивают основу для понимания и действия. Когда одно или несколько из этих чувств нарушается, часть мира становится менее доступной для понимания. Люди, у которых сенсорный поток депривирован, нуждаются в дополнительной стимуляции, которую удобней всего реализовать в сенсорной комнате, оснащенной стимуляторами различного типа.

Мир сенсорных комнат дарит волшебство и позитивный настрой каждому, за счет влияния на чувства человека.

Занятия в сенсорной комнате позволяют решать следующие задачи:

- снятие мышечного и психоземotionalного напряжения
- Активизация различных функций центральной нервной системы
- Стимуляция ослабленных сенсорных функций зрения, осязания, слуха, обоняния
- Развитие и совершенствование двигательной функции
- Создание положительного эмоционального фона
- Повышение мотивации, общей работоспособности организма
- Стимуляция чувств вестибулярного аппарата

Основными показаниями для необходимости посетить занятия в сенсорной комнате выступают следующие симптомы:

- Депрессия
- Стресс
- Нарушения функционирования органов чувств (зрения, слуха, речи)
- Нарушения функций опорно-двигательного аппарата
- Соматические болезни. Сопровождающиеся повышенным уровнем тревожности

Основные методы и приемы, используемые в сенсорной комнате

- цветотерапия - цвет воздействует сразу на физическом и психическом уровнях, гармонизирует психофизическое состояние человека, способствует созданию чувства комфорта и уверенности, придает силы, исцеляет. Цветовое решение сенсорной комнаты служит универсальным средством коррекции нарушенных функций, поскольку помогает организму естественным образом мобилизовать свои защитные силы и восстановить генетически заданное состояние здоровья.

Примеры воздействия на организм некоторых цветов:

КРАСНЫЙ - активизирует, стимулирует;
ОРАНЖЕВЫЙ - восстанавливает, согревает, стимулирует;
ЖЕЛТЫЙ - укрепляет, тонизирует;
ЗЕЛЕНЫЙ - компенсирует энергетические потери, ослабляет напряжение, успокаивает;
СИНИЙ - успокаивает, сдерживает, охлаждает эмоции.
ФИОЛЕТОВЫЙ - вдохновляет, успокаивает, снимает напряжение.

- ароматерапия - эфирные масла оказывают профилактическое и лечебное действие.

Примеры эмоционального воздействия эфирных масел, используемых в ароматерапии:

БЕРГАМОТ—тонизирует нервную систему, обеспечивает прилив сил и позитивных эмоций
ГЕРАНЬ— оказывает гармонизирующее действие, устраняет перевозбуждение, снимает депрессию и стресс
ЭВКАЛИПТ— аромат позитивного мышления и логики, восстанавливает психоэмоциональное равновесие
ЧАЙНОЕ ДЕРЕВО— является мощным стимулятором умственной деятельности. Способствует восстановлению организма после стрессов, снимает чувство волнения, способствует концентрации внимания.
ЛАВАНДА—устраняет перевозбуждение, бессоницу, депрессию, плаксивость, истерические реакции
РОЗМАРИН— укрепляет и активизирует нервную систему, снимает физическую и умственную усталость, апатию.

- музыкотерапия— музыка является неотъемлемой частью сенсорной комнаты. Положительные эмоциональные переживания во время звучания приятных слуху музыкальных произведений или звуков природы усиливают внимание, тонизируют центральную нервную систему, увеличивает интеллектуальную работу мозга человека и активизирует иммунную систему организма.

- песочная терапия - содействует развитию и коррекции восприятия, памяти, мышления, воображения. Воздействует на сенсорно-рецептивную сферу и гармонизирует психоэмоциональное состояние. Это прекрасная возможность для самовыражения, развития творческих способностей, а также простой и действенный способ научиться выражать свои чувства, эмоции, переживания. Песочная терапия это уникальный способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития. Песочная терапия дает возможность прикоснуться к глубинному, подлинному Я, восстановить свою психическую целостность, сбросить свой уникальный образ, картину мира.

- приемы тактильной стимуляции— способствуют стимуляции рецепторов мелкой моторики, обогащают тактильные ощущения, развивают координацию, расслабляет напряженные мышцы, нормализует циркуляцию крови, активизирует ЦНС, оказывает массажный эффект.