

*Методы работы
в сенсорной комнате*

Метод игрового моделирования поведения – направлен на стимулирование игрового и мыслительного процесса

*Методы работы
в сенсорной комнате*

Светотерапия и цветотерапия используется для влияния на настроение и общее состояние человека

Метод продуктивной деятельности— способствует социализации детей, развитию их творческих способностей

Звукотерапия – оказывает целительное воздействие музыки на психологическое состояние

Элементы сказкотерапии— активно применяется для преодоления пост-травматических реакций

Ароматерапия – позволяет расширить адаптивные возможности человека, укрепить его здоровье

Игры на развитие навыков общения

Арттерапия с импровизацией



Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

**СЕНСОРНАЯ КОМНАТА -
ТЕРРИТОРИЯ, ГДЕ
МОЖНО УСПОКОИТЬСЯ И
ПРЕОДОЛЕТЬ СТРАХИ**



г. Сургут, ул. Лермонтова, д. 9,
телефоны: 8 (3462) 34-04-61; 32-90-83

Используется
реабилитационное оборудование:

- Воздушно-пузырьковая панель
 - Проектор Меркурий
- Фиброоптическая люстра «Фантастика»
- Ковер «Звездное небо»

На занятиях в сенсорной комнате
используются разные
виды упражнений:

- Глазодвигательные упражнения — упражнения для профилактики нарушения зрения. Они способствуют снятию статического напряжения.
- Дыхательные упражнения стимулируют движения диафрагмы, улучшают осанку, кровообращение, гармонизируют деятельность дыхательной, нервной и сердечно-сосудистых систем.
- Кинезиологические упражнения направлены на развитие мозолистого тела, повышения стрессоустойчивости.
- Самомассаж рук оказывает общеукрепляющее действие на мышечную систему, повышает тонус, эластичность и сократительную способность мышц.
- Релаксация — один из способов преодоления внутреннего напряжения, основанный на более или менее сознательном расслаблении мышц.

Упражнение
«Релаксация
умственной
деятельности»

Время сеансов в сенсорной комнате
от 10 до 40 минут.

Для возбудимых детей
длительность сеанса должна
быть сокращена.

Занятия могут проводиться подгруппами
или индивидуально



Все занятия в сенсорной комнате
проводятся с целью коррекции
психоэмоционального состояния,
развитие социально приемлемых
способов снятия внутреннего
напряжения
у несовершеннолетних

Психолог дает инструкцию детям и взрослым: «Представьте с закрытыми глазами, что видите потолок и пол помещения, в котором находитесь. Вы ощущаете мышечное напряжение. Расслабьтесь. Затем вообразите себе стену слева от вас и справа.

Представьте себе, что мимо проезжает автомобиль. С закрытыми глазами следуйте за ним».

Это упражнение по «вычищению мыслей». Во время или после упражнения участник должен почувствовать, что мысли как бы улеглись, перестали волновать. Далее психологом дается задание мысленно представить себя разговаривающим с другими людьми, спорящим, кричащим, громко разговаривающим. Мысли уходят, организм расслабляется.