



**Управление образования администрации Тамбовского района Тамбовской области
МБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества Тамбовского района»**

**Муниципальный ресурсно-методический центр
реабилитационного сопровождения детей в семьях «Доверие»
Проект «Счастливы вместе»**

***Рекомендации направления использования и области
применения сенсорной комнаты.***

Составитель: Раева О.В., педагог-психолог

**п. Строитель
2018 г.**

Рекомендации направления использования и области применения сенсорной комнаты.

Сенсорную комнату в своей работе могут использовать такие специалисты как врачи, логопеды, психологи, коррекционные педагоги.

В зависимости от формы основной патологии и сопутствующих заболеваний сеансы в сенсорной комнате могут быть направлены на решение следующих **задач:**

- снятие мышечного и психоэмоционального напряжения, достижение состояния релаксации и душевного равновесия;
- активация различных функций центральной нервной системы за счет создания обогащенной мультисенсорной среды;
- стимуляция ослабленных сенсорных функций (зрение, осязание, слух);
- развитие двигательных функций;
- создание положительного эмоционального фона, повышение мотивации к проведению других лечебных процедур.

Сенсорные комнаты также широко используются в специализированных реабилитационных центрах, школах, центрах для развития детей.

Показаниями для детей:

- различные психоневрологические проблемы:
- неврозы и неврозоподобные состояния;
- задержки психомоторного и речевого развития;
- резидуально-органические поражения ЦНС с явлениями заикания, энуреза, энкопреза, тиков;
- аутизм;
- адаптационные расстройства;
- школьные проблемы;
- необходимость проведения семейной психокоррекции;
- ✓ все формы детского церебрального паралича;
- ✓ двигательные нарушения другой этиологии;
- ✓ нарушения зрения, слуха, речи.

Занятий в сенсорной комнате показаны для всех возрастных категорий детей и подростков.

Содержание развивающих занятий зависит от актуальных психических и психологических потребностей ребенка, подростка, обусловленных возрастным периодом:

Ранний возраст (1 – 3 года)

Развивающие занятия для детей данного возрастного периода направлены на:

- корректировку зрительно-моторной координации, ориентировочных реакций;
- коррекцию слуховых ориентировочных реакций;
- развитие тактильных ощущений;
- развитие эмоциональной сферы;
- развитие общей и мелкой моторики, коррекция двигательных нарушений;
- развитие наблюдательности и внимания;
- развитие речи, обогащение пассивного и активного словаря;

Занятия проводятся в присутствии близкого ребёнка человека

Дошкольный возраст (3-6 лет)

- развитие высших психических функций (мышления, памяти, внимания, восприятия, воображения);
- развитие эмоциональной сферы;
- развитие познавательного интереса, мотивации к обучению;
- развитие способности к произвольной регуляции деятельности (снижение импульсивности, неусидчивости, развитие концентрации внимания);
- повышение устойчивости к стрессогенным раздражениям;
- психоэмоциональная разгрузка, достижение душевного равновесия.

Младший школьный возраст (7-11 лет)

- адаптации;

- развитие высших психических функций (мышления, памяти, внимания, восприятия, воображения);
- развитие эмоциональной сферы;
- развитие познавательного интереса, мотивации к обучению;
- развитие способности к произвольной регуляции деятельности (снижение импульсивности, неусидчивости, развитие концентрации внимания);
- повышение стрессоустойчивости;
- снятие психоэмоционального напряжения.

Подростковый возраст (12-14 лет).

Занятия с данной возрастной группой направлены на решение следующих психологических проблем:

- адаптации;
- повышенная агрессивность, склонность к разрушительным действиям.

резкие и немотивированные колебания настроения;

- чрезмерная робость, застенчивость, ранимость или повышенная обидчивость;
- снятие мышечного и психоэмоционального напряжения.

Показаниями для взрослых к включению в занятия в сенсорной комнате могут являться:

- различные психологические проблемы: депрессивные состояния, неврозы, стрессы;
- нарушения зрения, слуха, речи;
- нарушение двигательных функций;
- различные соматические заболевания, сопровождающиеся снижением психоэмоционального состояния и повышенной тревожностью.

Противопоказаниями для проведения сеансов в сенсорной комнате являются:

- глубокая умственная отсталость
- инфекционные заболевания.

Частичными противопоказаниями являются наличие у ребенка частых эпилептических припадков, в данном случае используются только релаксационные приёмы.

Осторожно следует подходить к занятиям с детьми, имеющими следующие проблемы:

Астенические проявления. Активная стимуляция людей с астеническим синдромом к разнообразной деятельности часто приводит к быстрому их утомлению, поэтому занятия с ними нужно заканчивать до того, как наступил спад активности. Индивидуальная продолжительность занятий в данном случае меньше, чем для людей с нормальной работоспособностью. Время наращивается от 7 до 15-20 минут.

Коммуникативные нарушения. Рекомендуются выявить наиболее «приятные» раздражители, создающие эмоциональный комфорт, и постараться ограничиться только ими.

Синдром гиперреактивности, (двигательной расторможенности). Для занятий с такими детьми в тёмной сенсорной комнате необходимо регламентировано использовать аудиовизуальные и тактильные раздражители, необходимо снизить нагрузку на сенсорику, исключить элементы активной стимуляции.

Эпилептический синдром или готовность к эпилепсии.

ВНИМАНИЕ!

Занятия с людьми страдающими данными заболеваниями, проводятся только после консультации с врачом- психоневрологом. Если врач допускает возможность её применения, то время пребывания в ней строго ограничено. Звуковые и световые сигналы при этом не должны быть ритмичными. Необходимо отказаться от мелькающих эффектов и не использовать проекторы с мерцающим светом. Нельзя использовать мигающие световые приборы и ритмическую музыку, чтобы избежать ухудшения состояния.

Психоневрологические заболевания. Нежелательно проводить занятия с теми, кто проходит лечение различными психотропными препаратами

Нарушения зрения. Занятия с такими людьми требуют особого подхода. В этом случае опора делается на более сохранные слуховые анализаторы. Занятия в тёмной комнате с людьми с нарушением зрения требуют комплексного взаимодействия педагога-психолога и тифлопедагога.

Нарушение слуха. Поскольку система работы ориентирована на тактильное, зрительное и слуховое восприятие, людям с нарушением слуха трудно понимать без звукового сопровождения или словесного пояснения те или иные зрительные или тактильные эффекты. Музыкальное сопровождение занятий становится для глухих людей недоступно.

Тревожные дети. При работе с такими детьми нужно исключить резкие переходы от одного стимула к другому.

Благодаря периодическому пребыванию в сенсорной комнате можно достигнуть следующих результатов:

- ✓ улучшение настроения;
- ✓ появление оптимистичного настроения, позитивного взгляда на мир;
- ✓ получение положительных эмоций;
- ✓ нормализация сна;
- ✓ снижение тревожности и беспокойства;
- ✓ уменьшение раздражительности и проявлений агрессии;
- ✓ отдых нервной системы, снижение излишней возбудимости;
- ✓ повышение иммунитета;
- ✓ ускорение восстановления поврежденных клеток и реабилитации после заболеваний;
- ✓ ускорение процессов мозговой активности;
- ✓ стимуляция познавательных процессов и двигательной активности.

Благодаря регулярным занятиям в сенсорной комнате у детей нормализуется психоэмоциональное состояние, ускоряются процессы развития восприятия и познания окружающего мира. Проводимые в такой обстановке психологические консультации и приемы психотерапии дают более ощутимый результат, чем аналогичные действия, происходящие в обыкновенном кабинете врача или психолога. Специалисты отмечают положительную динамику после занятий. Многие ученые также признают необходимость сенсорных комнат и их положительное влияние на развитие психики ребенка.

Сенсорная комната предоставляет неограниченные возможности в получении разнообразных зрительных, слуховых, тактильных стимулов, а также использования данной стимуляции длительное время. Сочетание данных стимулов оказывает на психическое, эмоциональное развитие ребенка расслабляющее, восстанавливающее и в то же время тонизирующее, стимулирующее, укрепляющее действие. На занятиях в сенсорной комнате задействован каждый анализатор, поэтому восприятие становится более активным.

