Краевое государственное автономное учреждение социального обслуживания
«Уссурийский реабилитационный центр для лиц с умственной отсталостью»

Сеансы в сенсорной комнате

Сенсорная комната *это организованная особым образом окружающая среда, состоящая из множества различного рода стимуляторов,* которые воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния, осязания и вестибулярные рецепторы.

В сенсорной комнате с помощью различных элементов создается ощущение комфорта и безопасности. Это способствует быстрому установлению теплого контакта между психологом и пациентом. Спокойная цветовая гамма обстановки, мягкий свет, приятные ароматы, тихая нежная музыка – все это создает ощущение покоя, умиротворенности. Созданные условия не только дают приятные ощущения, но применяются и для терапии. Не зря сенсорную комнату называют «комната-доктор».

Сенсорная комната используется как дополнительный инструмент терапии и повышает эффективность любых мероприятий, направленных на улучшение психического и физического здоровья человека. В условиях этой комнаты у клиентов снимаются страхи, невротические и депрессивные состояния. В ней проводятся специальные занятия, направленные на коррекцию поведения или просто используется для релаксации. Кроме того, сеансы в сенсорной комнате проводятся и для сотрудников учреждения, с целью профилактики профессионального выгорания и психоэмоциональных перегрузок.

Сенсорная комната – это важное лечебное средство для людей, чьи возможности осязать мир ограничены болезнью. Сеансы в сенсорной комнате включены в комплексную систему реабилитации пациентов с опорно-двигательной патологией, умственной отсталостью, задержками психомоторного и эмоционального развития, неврозами, нарушениями зрения, слуха, речи, что значительно повышает эффективность проводимого лечения.

В зависимости от формы основной патологии и сопутствующих заболеваний у клиентов, 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;
- создание положительного эмоционального фона, повышение мотивации к проведению других лечебных процедур;
- реабилитация людей с повышенной агрессивностью и аномальным поведением;
- развитие познавательной деятельности у людей с психоневрологическими нарушениями;
- проведение коррекционных занятий с клиентами, имеющими различные сенсомоторные нарушения.

Время сеанса в сенсорной комнате 40-45 минут. После посещения этой комнаты клиенты ощущают покой и отдых, даже если занятия были направлены на развитие определенных когнитивных процессов, тем более, если была поставлена четко определенная цель: нормализация психоэмоционального состояния. Здесь важно задействовать эмоциональный фактор, который обеспечит большую продуктивность за минимальное время.

Сеансы проводятся подгруппами по 6-8 человек или индивидуально. Количество человек определяем в

зависимости от цели работы и возраста клиентов.

Занятие в сенсорной комнате имеет следующие три основные части:

- вводная (ритуал приветствия, разминка);
- основная (релаксация, игра);
- завершающая (подведение итогов, ритуал прощания).

Мы изучили положительное влияние сенсорной комнаты как элемента здоровьесберегающей деятельности на психофизическое и эмоциональное состояние наших клиентов. Проведенное исследование позволило сделать выводы о том, что результаты самочувствия, активности и настроения у клиентов улучшились, отметились положительные сдвиги в общем состоянии организма. Следовательно, сенсорная комната оказывает положительное воздействие на психофизическое и эмоциональное здоровье, а это значит, что сенсорные комнаты целесообразно использовать как психопрофилактический метод, который помогает снимать мышечное и психоэмоциональное напряжение, активизировать функции ЦНС в условиях обогащенной мультисенсорной среды.

В сентябре 2013 года, при содействии депутата Законодательного Собрания Приморского края В.В. Кан сенсорная комната была дополнена новым современным сенсорным оборудованием. Выражаем глубокую благодарность за помощь!