

Темная сенсорная комната

Тёмная сенсорная комната - это особым образом организованная окружающая среда, наполненная различного рода стимуляторами. Они воздействуют на органы зрения, слуха, обоняния, осязания и др.

Целью такой комнаты является восстановление эмоционального состояния и расслабление. Темные комнаты чаще устраивают с оздоровительной и коррекционной целью.

Среда тёмной сенсорной комнаты определяется как интерактивная среда.

Значение тёмной сенсорной комнаты

С точки зрения медико - психологического воздействия на состояние человека интерактивная среда тёмной сенсорной комнаты позволяет:

1. Создать положительную эмоциональную обстановку, вызвать приятные, а в ряде случаев эстетически значимые ощущения.
2. Активизировать детей и взрослых, помогая им преодолеть тревожные невротические переживания, страхи, достичь состояния эмоционального комфорта. Например, для детей с речевым негативизмом обстановка сенсорной комнаты - благоприятная среда для снятия невротических переживаний, которые в ряде случаев влияют на развитие речевого общения.
3. Взаимодействие ребёнка со средой тёмной сенсорной комнаты стимулирует у него развитие вербальной коммуникации.
4. Для детей с астеническими проявлениями, т.е. с пониженной психической активностью, занятия в тёмной сенсорной комнате могут стать пусковым механизмом для включения его в деятельность.

Что из себя представляет

Мягкая мебель спокойной цветовой гаммы, приглушённый свет, приятные ароматы, успокаивающая музыка - вот те характеристики сенсорной комнаты, которые помогают ребёнку развить свои сенсорно-перцептивные способности, ощутить уют, комфорт, настроиться на позитивное восприятие и общение с окружающими его людьми.

Перечень оборудования тёмной сенсорной комнаты:

1. Мягкое напольное покрытие.
2. Кресло-груша.
3. Лампа «Вулкан».
4. Мягкая платформа с угловым зеркалом.
5. Подвесная система «Мелодичный звон».
6. Детская подушечка с гранулами.
7. Прозрачная колонна со световым эффектом.
8. Фонтан с подсветкой настольный.
9. Тактильная дорожка.
10. Сеть лампочек «Звёздное небо».
11. Сухой душ.
12. Комплект детского психолога «Семаго».
13. Светильник вращающийся шар.

Ограничения

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. Рекомендуется выявить наиболее «приятные» раздражители, создающие эмоциональный комфорт, и постараться ограничиться только ими.
- Синдром гиперактивности (двигательной расторможенности).
- Для занятий с такими людьми в тёмной сенсорной комнате необходимо регламентировано использовать аудиовизуальные и тактильные раздражители.
- Эпилептический синдром или готовность к эпилепсии.
- 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, например, такие, как зеркальный шар, проектор «Меркурий», прибор динамической заливки света, набор «Бегущие огни». Больные эпилепсией приходят в помещение, когда один из осветительных приборов уже включён.

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.