

***Влияние ароматов
на психофизическое
состояние человека.***

Автор: Файзулина Рафида, 9 класс

Руководитель: Шадская Е. Г., учитель химии

***Запах – это ощущение,
которое возникает при
попадании частиц пахучего
вещества на обонятельные
рецепторы***

Запах бывает

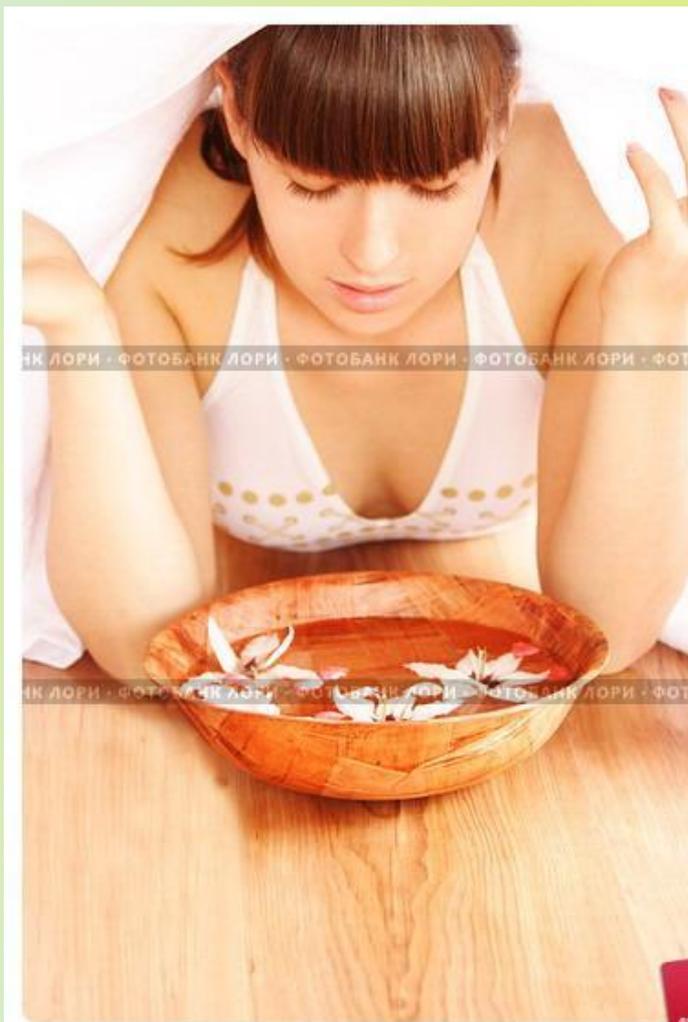
ПРИЯТНЫЙ



НЕПРИЯТНЫЙ



Ароматерапия



Цель работы:

Изучить влияние запахов
на психофизическое
состояние человека

Задачи исследования:

- Изучить литературу по выбранной теме
- Исследовать влияние ароматов освежающей и гармонизирующей смесей на психофизическое состояние учащихя лицаея
- Разработать вопросы анкеты и провести опрос среди участников эксперимента
- Проанализировать результаты, сформулировать выводы и разработать рекомендации

Эксперимент:

Ароматизация воздуха в кабинете с последующим опросом учащихся 8 – 11 классов.



Лимон



Лаванда

your Garden Magic
www.seasons-belarus.nm.ru
© Дубейковский А.О. 2004

Освежающая смесь



Полынь



Кипарис



Герань



Апельсин

Гармонизирующая смесь



Можжевельник



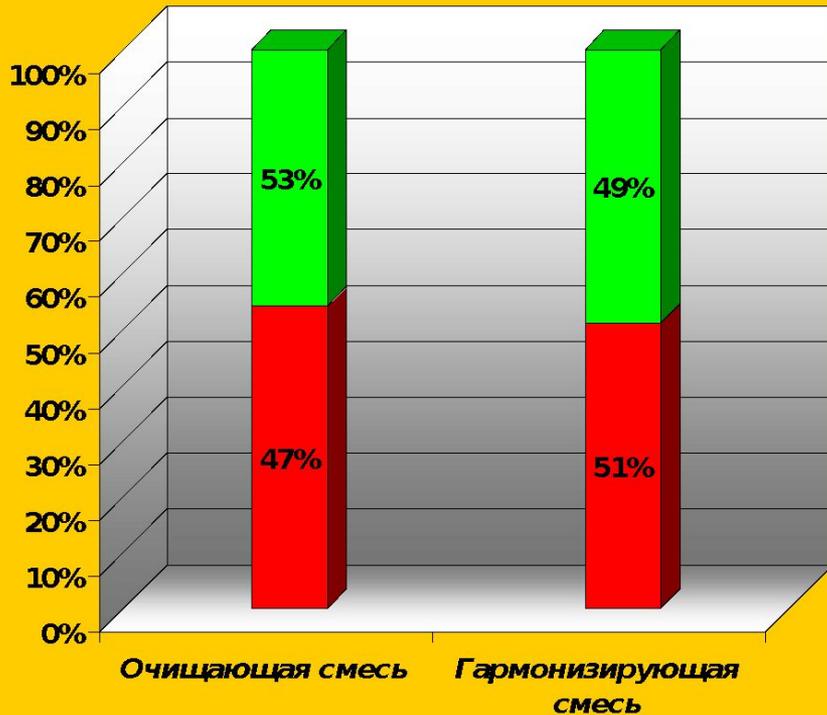
Лаванда

www.searolia-belarus.nm.ru
© Дубейковский А.О. 2004

*Для ароматизации помещения
класса использовался метод
выпаривания*



Какой это запах?



■ неприятный ■ приятный

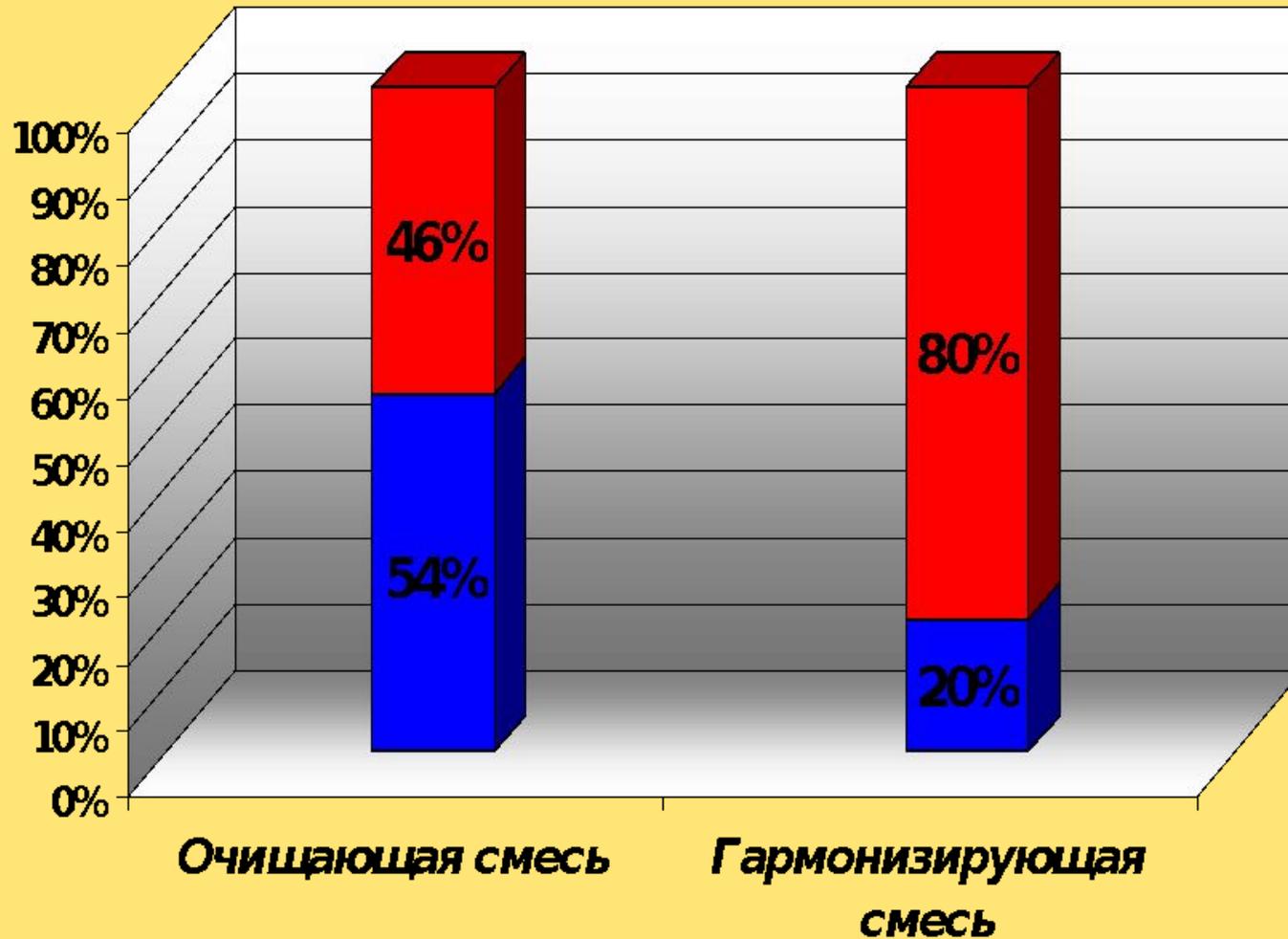


■ прохладный ■ теплый

Какой это запах?



Какой это запах?

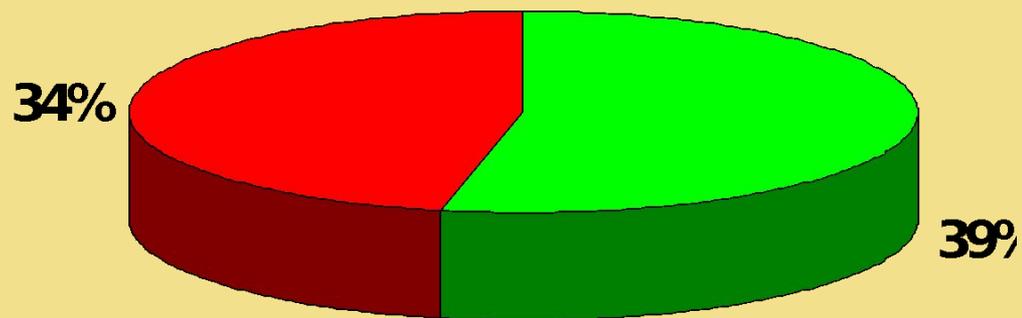


■ свежий

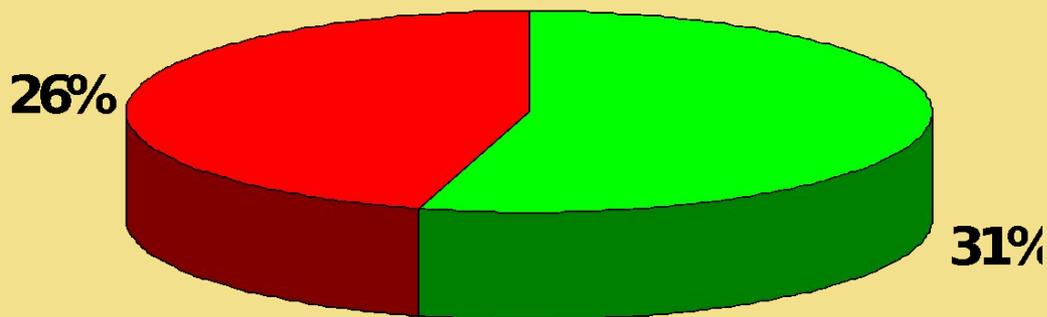
■ цветочный

Нравится ли вам ЭТОТ запах?

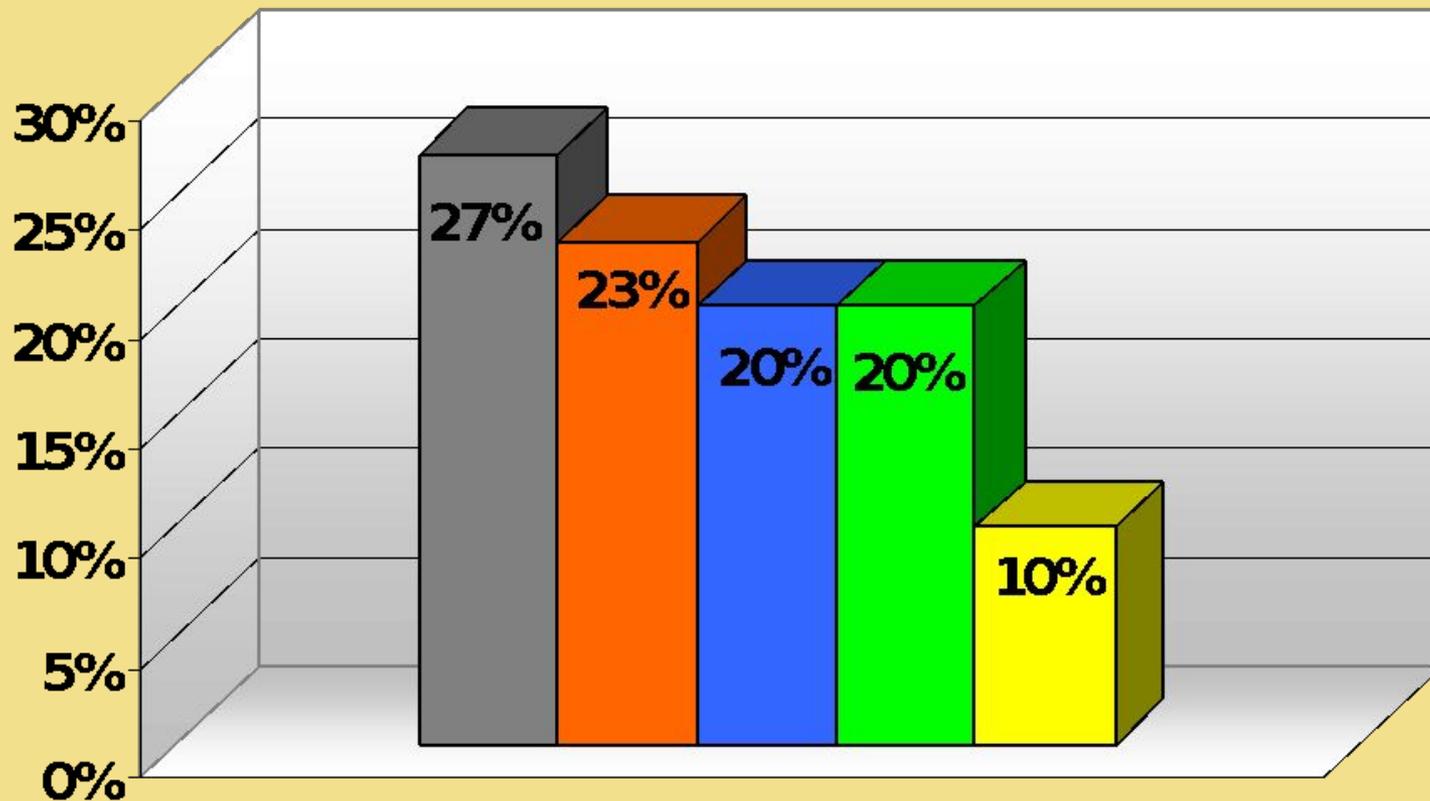
Гармонизирующая смесь



Освежающая смесь



Как влияет на вас этот запах?



■ Раздражает

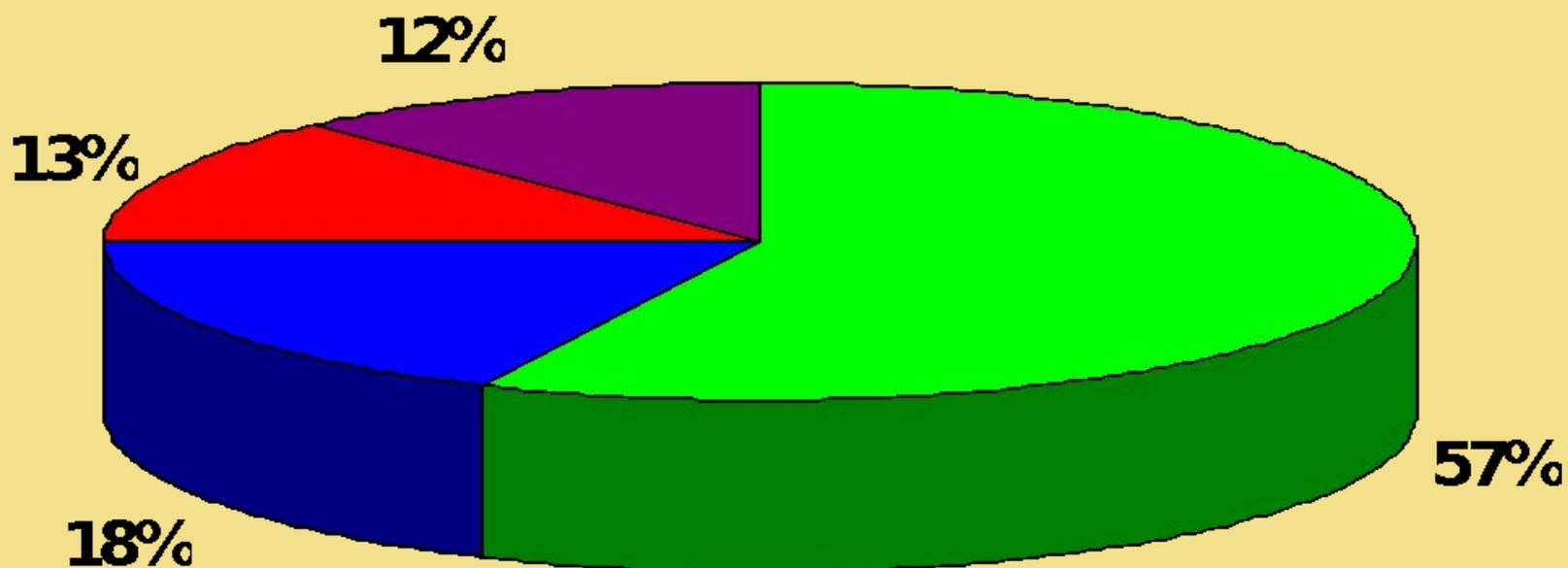
■ Ничего не происходит

■ Успокаивает

■ Повышет настроение

■ Приводит в тонус

Какое было настроение до того, как вы зашли в класс?



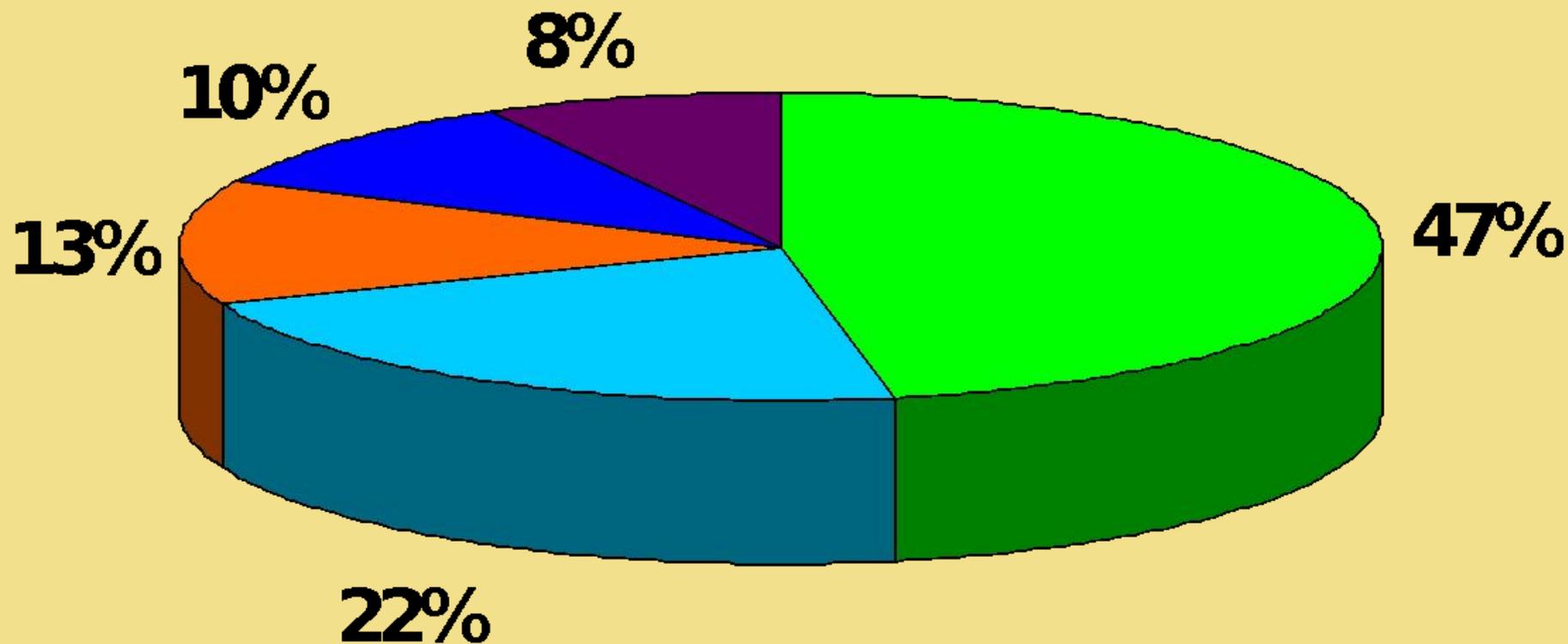
 Хорошее

 Плохое

 Отличное

 Не обратил внимания

Были ли у вас какие-нибудь расстройства?



■ Все отлично

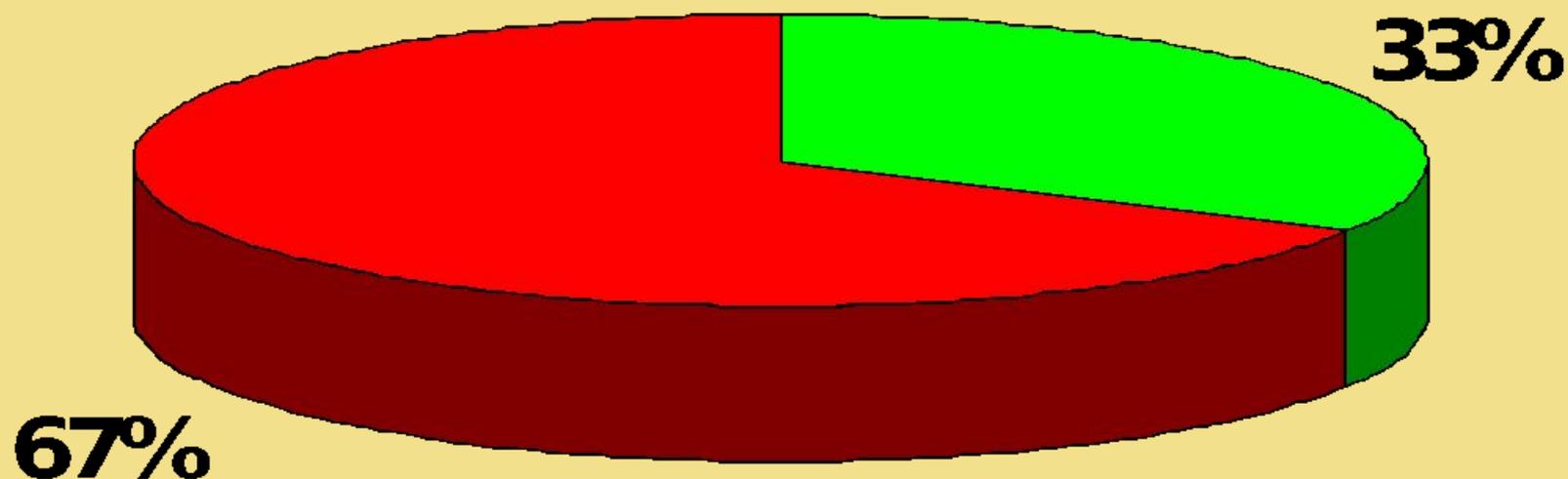
■ ПЕРЕУТОМЛЕНИЕ

■ Отсутствие концентрации внимания

■ Сонливость

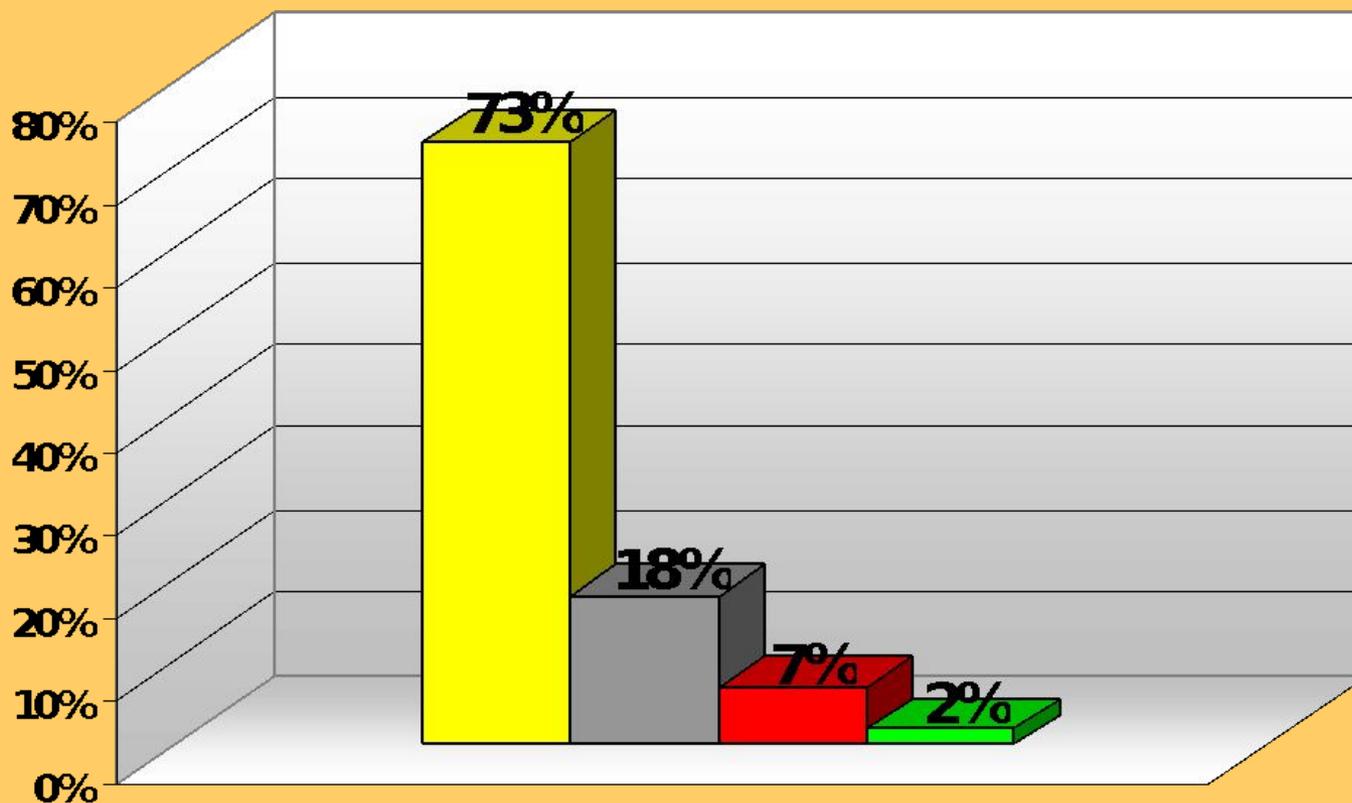
■ Стресс

Изменилось ли ваше состояние?



Как изменилось ваше состояние?

Освежающая смесь



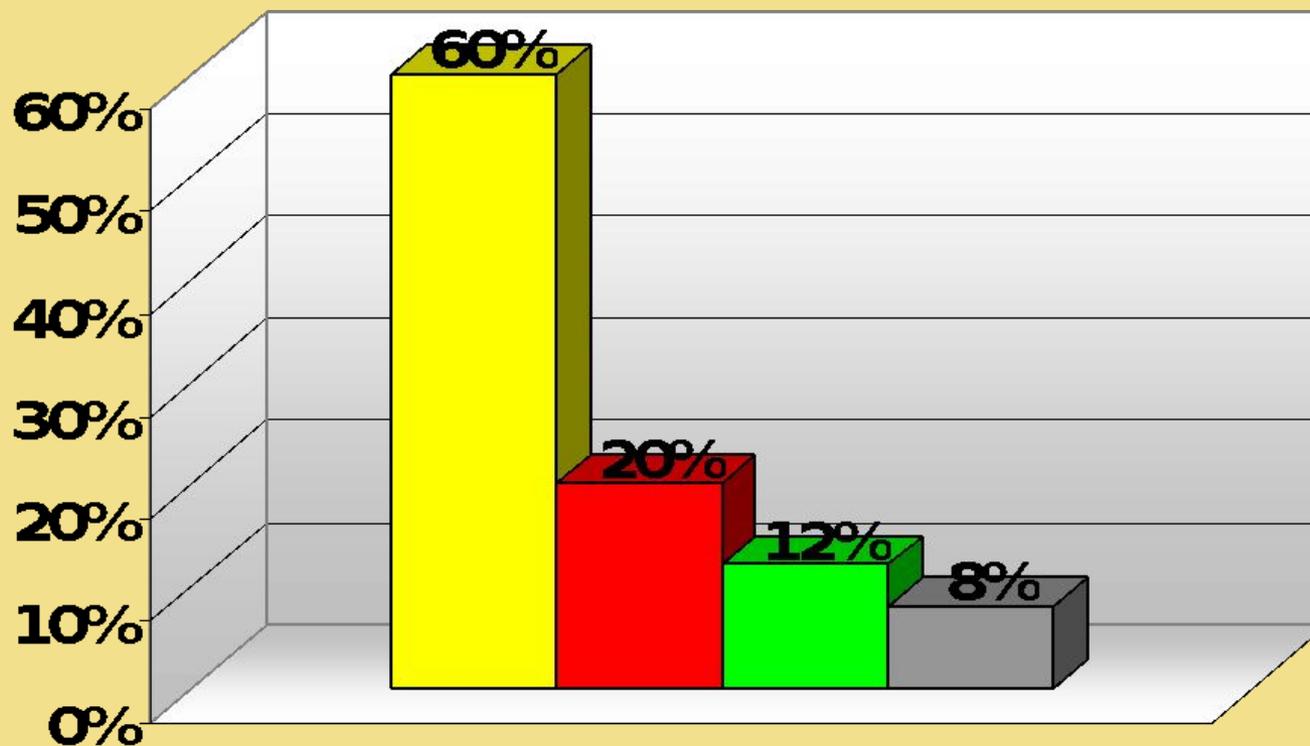
□ улучшилось настроение

■ понижилось настроение

■ увеличилась концентрация внимания

■ стало веселее

Как изменилось ваше состояние? Гармонизирующая смесь



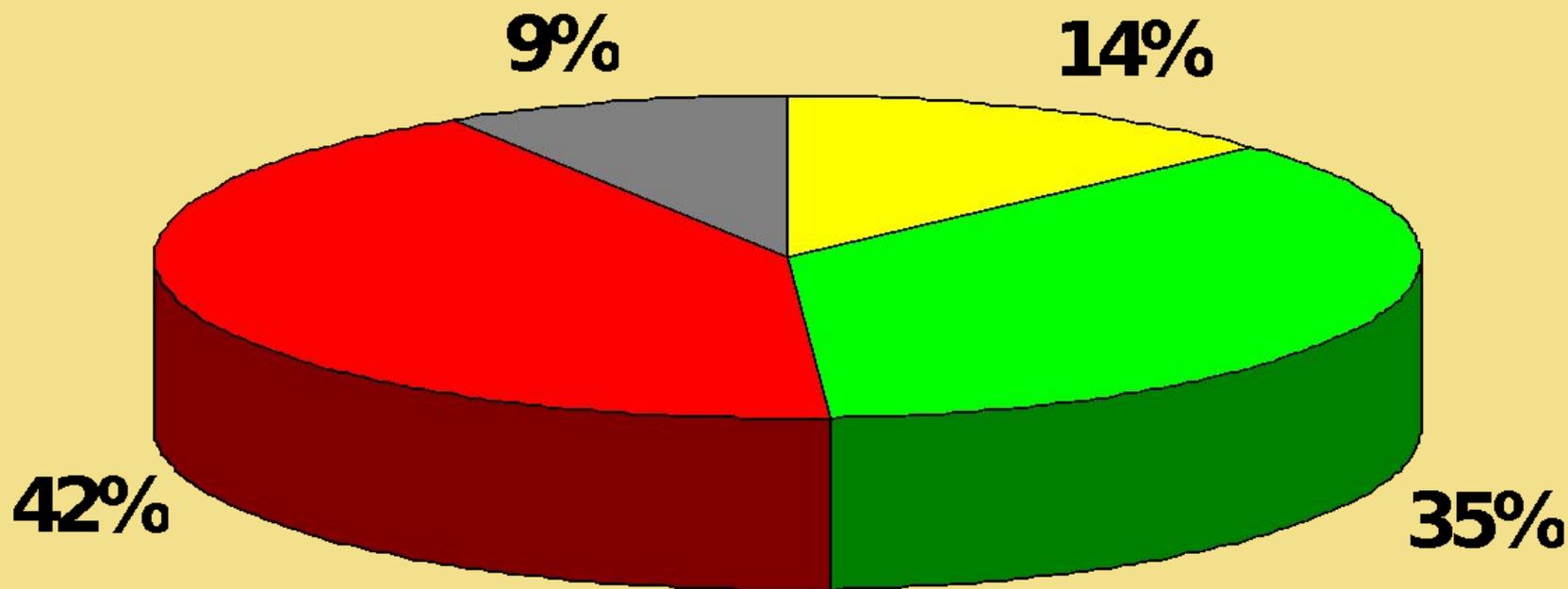
□ улучшилось настроение

■ увеличилась концентрация внимания

■ стало веселее

■ понижилось настроение

Хотели бы ощущать данный запах в рабочей обстановке?



ДА, постоянно

ДА, иногда

НЕТ

все равно

Запах – это одно
из самых
удивительных
ощущений,
которым обладает
человек



Каждый человек индивидуален в восприятии запаха и обязательно найдет тот аромат, который улучшит его психическое и физическое состояние



*«Путь к здоровью –
ароматическая ванна и массаж
с благовониями каждый день»*

Гиппократ

Наши рекомендации:

- Прислушаться к самому себе, почувствовать свой аромат и использовать его как помощника улучшить свое состояние
- Использовать ароматерапию в лице

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!