



Ароматерапия и музыкотерапия как средство воздействия на обучающихся с различными нарушениями



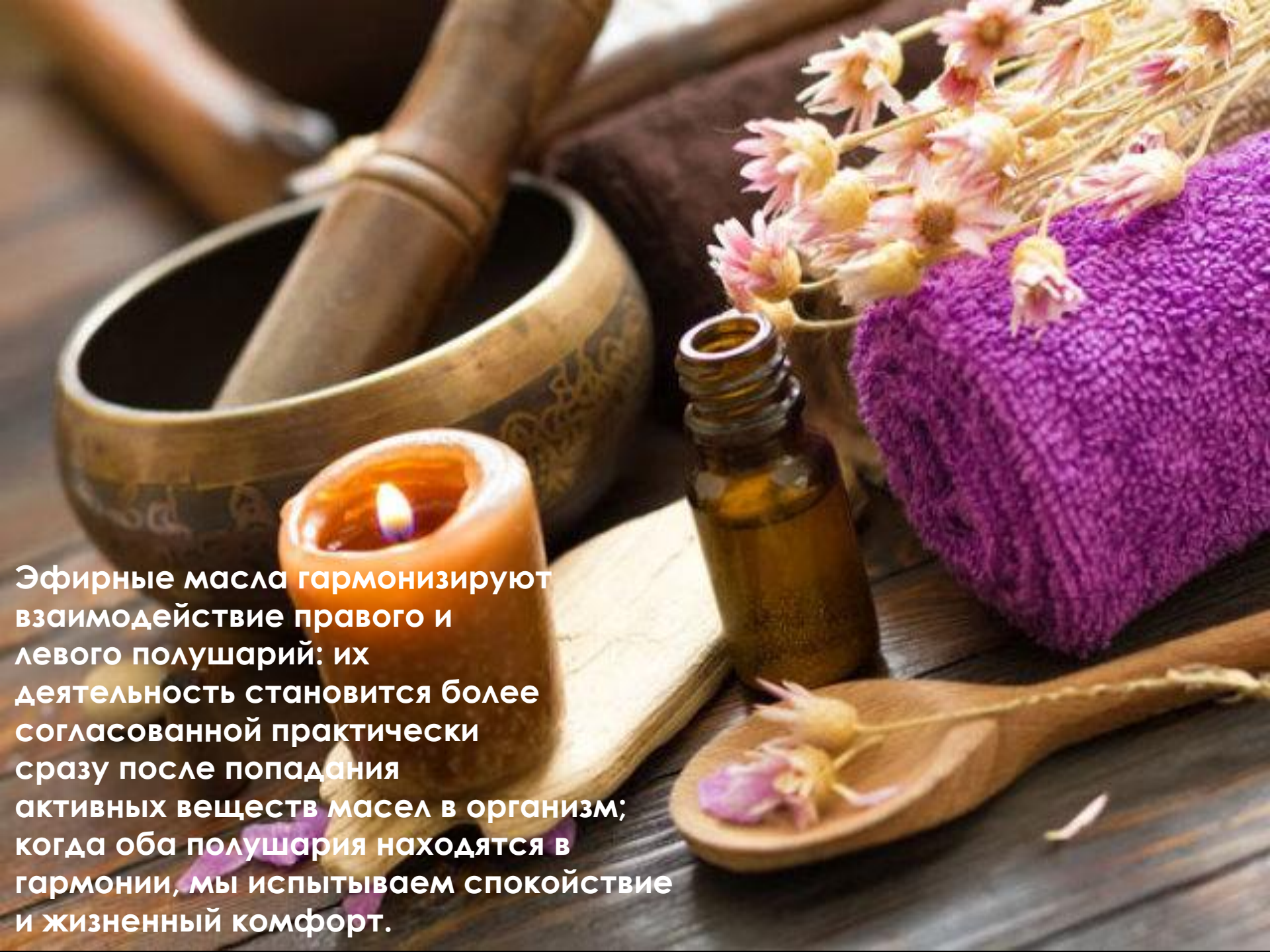
Ароматерапия – метод воздействия на организм эфирных масел, получаемых из растений. Ароматы устраняют иммунный дефицит, способствуют ранозаживлению, перераспределению и гармонизации энергии, оказывают мощное воздействие на физическую составляющую здоровья и мотивы поведения личности.

В любом методе ароматерапии имеет место вдыхание паров масел, именно они в первую очередь воздействуют на органы обоняния. Благодаря своей необычайной чувствительности, система обоняния быстрее всего передает в мозг полученные импульсы.



Попадая на рефлексогенные точки носа, ароматы активизируют их, проецируя на определенные точки головного мозга. Также ароматические вещества оказывают прямое воздействие на органы дыхания, устраняя застойные и воспалительные процессы.





Эфирные масла гармонизируют взаимодействие правого и левого полушарий: их деятельность становится более согласованной практически сразу после попадания активных веществ масел в организм; когда оба полушария находятся в гармонии, мы испытываем спокойствие и жизненный комфорт.

Применение ароматерапии позволяет снизить уровень заболеваемости, уменьшить частоту невротических проявлений и осуществлять мягкую коррекцию психо-эмоциональной сферы детей, имеющих отклонения в своем интеллектуальном, эмоциональном и соматическом развитии. Сеансы ароматерапии способствуют улучшению настроения и работоспособности детей. В условиях сенсорной комнаты – как темной, так и светлой, - воздействие эфирных масел на обоняние является еще одним «ключиком» к гармонизации эмоционального и психического состояния ребенка, а также мягким способом стимуляции сенсорной сферы со стороны обонятельного анализатора.





Ребёнок с ОВЗ,
который может в
обычном случае
отгородиться от
внешнего
воздействия – не
давать до себя
дотронуться,
закрывать уши от
звуков,
отказываться
брать в руки
пособия занятий,
не может чисто
биологически
блокировать
проникновение
запахов и
исключить их
влияние на мозг.

Ароматные игрушки



Исследование детей, отстающих в развитии, показывает, что у многих из них наряду с другими дефектами присутствуют нарушения обоняния. Использование ароматных игрушек, предметов, книг с пахучими картинками обостряет у детей восприятие, развивает воображение, память.

«Приключения козлика Чарли», детская книга с 12 ароматными картинками



Как читать эту книгу

Дорогой малыш, потри пальчиком большие картинки и понюхай свою руку или страницу. Чтобы запахи не перемешивались, потри следующую страницу другим пальчиком. В правом нижнем углу каждой страницы с большой картинкой написано, какой запах здесь прячется. Например, на этой странице ты почувствуешь запах **лимона**. Аромат распределён по всей поверхности страницы.

Если тереть страницу много раз в одном и том же месте, то запах ослабевает.



Лимон

Аспарагус



В своей работе мы можем использовать некоторые виды аромасел, а также комнатные растения, которые содержат в себе и выделяют в окружающую среду ароматы, масла, которые могут стимулировать психические процессы у детей с ОВЗ.

Сансевиерия



Лимон



Пеларгония





Апельсиновое масло.

Выводит из организма токсины, помогает при отравлениях, снимает усталость глаз, способствует восстановлению остроты зрения, избавляет от чувства тревоги и страха, помогает бороться с депрессией и снимает напряженность, помогает сосредоточиться и сконцентрировать внимание, повышает иммунитет, поднимает настроение.

Гераниевое масло.

Помогает при инфекциях горла и полости рта, очищает систему органов пищеварения.



Лавандовое масло.

Помогает справиться с состоянием тревоги, стрессом, депрессией; стимулирует восстановление клеток кожи, уменьшает воспаление кожи и дурной запах изо рта, помогает при язвах в полости рта и при тошноте.





Мятное масло.

Повышает настроение, полезно при эмоциональном шоке; смягчает кашель, помогает при инфекциях горла и при укачивании в транспорте, успокаивающе действует при кишечных коликах и изжоге.

Сандаловое масло.
Оказывает седативное действие,
хорошее средство от
бессонницы; помогает при боли
в горле, при бронхите и астме,
рвоте и поносе.



Эвкалиптовое масло.

Способствует оживлению умственной деятельности, ясности ума; помогает при простуде и застойных явлениях, при инфекциях кожи, уменьшает отеки и мышечные боли, смягчает сухой кашель.





Применять средства ароматерапии для детей следует совсем в минимальных дозировках. Лучше всего, если масла будут наноситься на глиняные фигурки, аромамедальоны, подушечки. Правильно подобранное аромасла позволит поддерживать хорошее настроение у детей, стимулировать деятельность мозга, а также поможет излечить простудные заболевания и нарушения сна.



Музыкотерапия –

один из видов арт-терапии (терапии искусством), основанный на эмоциональном восприятии музыки и направленный на профилактику, психологическую коррекцию личностных отклонений ребенка с проблемами в развитии.





Сущность музыкотерапии заключается в способности вызывать у «особого» ребёнка положительные эмоции, которые оказывают лечебное воздействие на психосоматические и психоэмоциональные процессы, мобилизуют резервные силы ребёнка, обуславливают его творчество во всех областях искусства и в жизни в целом.



Работая с детьми с ограниченными возможностями, нужно иметь определенные навыки: умение создавать атмосферу психологического комфорта, что позволит достичь положительной динамики реабилитационного периода для ребенка, умение установить контакт с ребенком. Это возможно с помощью мимики, взгляда, улыбки, жеста, ласковой выразительной речи, а главное – положительного эмоционального настроя.

Чтобы достичь глубокого влияния музыки на организм, ребенок должен сам активно действовать (петь, играть на музыкальном инструменте, воплощать музыку в движениях). В музыкотерапии не делается акцент на целенаправленное обучение и, следовательно, овладение навыками и умениями музыкальной деятельности.





Цель и содержание коррекционных, реабилитационных занятий формулируются исходя из физических, психических, умственных возможностей детей. Поэтому на занятиях музыкотерапией не ставится цель – развитие собственно музыкальных способностей, основные элементы занятий направлены на решение не музыкальных задач, а значимых для развития ребенка проблем, связанных со здоровьем.



Музыкотерапия необходима как способ эмоционального воздействия на ребенка с целью коррекции имеющихся физических и умственных отклонений, как способ невербальной коммуникации, а также как один из возможных способов познания мира. Музыкотерапия может быть включена в индивидуальную программу развития детей с ограниченными физическими и умственными возможностями в сочетании с другими видами коррекционной работы.

Полезность музыкотерапии в работе с детьми с ограниченными возможностями в том, что она:



помогает укрепить доверие, взаимопонимание между участниками процесса; помогает ускорить прогресс терапии, так как внутренние переживания легче выражаются с помощью музыки, чем при разговоре; музыка усиливает внимание к чувствам, служит материалом, усиливающим осознание.



Организовывать такие занятия с детьми легко, поскольку приемы работы очень интересны, и само занятие проходит в непринужденной обстановке и игровой форме. В процессе работы у детей повышается мотивационный интерес к занятиям, развитие познавательных и образовательных процессов происходит более интенсивно и гармонично, а также снижается уровень заболеваемости. На наш взгляд, нетрадиционные методы воздействия в деятельности дефектолога, логопеда являются перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения развития. Эти методы терапии принадлежат к числу эффективных средств коррекции, и помогают достигать максимально возможных успехов в преодолении различных трудностей в обучении у детей с ограниченными возможностями здоровья младшего школьного возраста.