ЖИВАЯ ПСИХОЛОГИЯ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

RUSSIAN JOURNAL
OF HUMANISTIC PSYCHOLOGY

Том 3 • №3 • 2016
Vol. 3 • Issue 3 • 2016

ISSN 2413-6522

Издательский дом
БИБЛИО-ГЛОБУС

www.idbg.ru

«Сенсорная комната» как метод социально-психологической работы с подростками, склонными к агрессии в ГБОУ СОШ «Центр образования»; г. Чапаевска

Кузнецова А.М.[1]

[1] Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара, Россия

ИНФОРМАЦИЯ О СТАТЬЕ:

Получено: 04.09.2016
Опубликовано: 30.09.2016

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:

кинестетика, агрессия, филогенетика, стресс, двусторонняя связь психики и тела

АННОТАЦИЯ:

Статья представляет собой удобный источник, к которому смогут обратиться практики, исследователи и студенты для того, чтобы получить информацию по социально-психологическому инструменту коррекционной работы «Сенсорная комната» в сфере детской и юношеской агрессии, с целью предупреждения и преодоления проявлений агрессии. Здесь сформулированы основные цели и задачи метода социально-психологической работы с подростками, склонными к агрессии — «Сенсорная комната», рассмотрены её виды, формы и методы её воздействия на организм подростка. Осуществлен анализ существующих программ в нашей стране и за рубежом, что позволяет разработать необходимые методические рекомендации для их внедрения в системе общеобразовательных школ.

«Sensory room» as a method of socio-psychological work with teenagers who are prone to aggression on the example of Chapaevsk «Education Center»

Kuznetsova A.M.[1]

[1] Samara State University of Social Sciences and Education, Russia

ARTICLE INFO:

Received: 04.09.2016
Accepted: 30.09.2016

KEYWORDS:

kinesthetic, aggression, phylogenetics, stress, two-way communication of mind and body

ABSTRACT:

The article is a convenient source to which you will be able to contact practitioners, researchers and students in order to obtain information on the socio-psychological tool of correctional work «sensor room» in children's and youth aggression, to prevent and overcome the manifestations of aggression. Here is formulated the main goals and tasks of the method of socio-psychological work with teenagers, who are prone to aggression — «Sensory room», it is considered the types, forms and methods of its effects on the body of a teenager. The analysis of existing programs in our country and abroad that allows to develop necessary guidelines for their implementation in the system of secondary schools.

CITATION

Кузнецова А.М. «Сенсорная комната» как метод социально-психологической работы с подростками, склонными к агрессии в ГБОУ СОШ «Центр образования»; г. Чапаевска // Живая психология. — 2016. — Том 3. — № 3. — С. 205–208. doi: 10.18334/lp.3.3.36896

Kuznetsova A.M. (2016) «Sensornaya komnata» kak metod sotsialno-psikhologicheskoy raboty s podrostkami, sklonnymi k agressii v GBOU SOSh «Tsentr obrazovaniya»; g. Chapaevska [«Sensory room» as a method of socio-psychological work with teenagers who are prone to aggression on the example of Chapaevsk «Education Center»]. Zhivaya psikhologiya. 3. (3). — P. 205-208. doi: 10.18334/lp.3.3.36896

BIBLIO-GLOBUS
Publishing House

Vol. 3 • Issue 3 • 2016
ISSN 2413-6522
RUSSIAN JOURNAL
OF HUMANISTIC PSYCHOLOGY
SCIENTIFIC AND PRACTICAL JOURNAL

В статье предложены рекомендации по социально-психологической работе с подростками с использованием методики «Сенсорная комната», которая может быть успешной при достижении следующих задач:

- снимать напряжение, расслаблять мышечную систему;
- расслаблять организм в целом или какую-то конкретную его часть, помогать достигать состояния расслабленности и покоя;
- снимать психоэмоциональное напряжение, помогать в достижении душевного равновесия;
- активизировать работу центральной нервной системы, стимулировать протекание различных процессов в организме;
- стимулировать ослабленные реакции на внешние раздражители (образы, картины, запахи, звуки и др.) за счет большого количества сенсорных проявлений;
- развивать двигательные и познавательные функции;
- улучшать настроение, создавать благоприятный фон для общения и обучения;
- повышать мотивацию к проведению различных процедур, направленных на оздоровление организма.

Подходы к применению данной методики, как «средства борьбы» с агрессией в данной статье опираются на концепцию Е.Д. Хомской, которая подчёркивает, что начинать лучше всего с занятий, направленных на развитие кожно-кинестетической (общей) чувствительности, так как данный вид чувствительности, являясь филогенетически одной из самых древних, может быть представлен как база для формирования зрительного и слухового восприятия [1, с. 87].

Но прежде чем учить, как лучше всего справиться с той или иной ситуацией, нужно понять от чего она возникла, что было ключевым фактором воздействия на ребёнка, почему он стал реагировать на окружающий его мир используя агрессивный барьер. Понять всё это можно с помощью концепции Исаева Д.Н., который утверждает, что существует двусторонняя связь между психикой и телом и она значительно теснее, чем предполагают. Фактически каждый ребёнок страдает от нервно-психических расстройств. Постоянно переживаемые детьми эмоциональные стрессы нередко приводят к психосоматическим расстройствам и всплескам агрессии [2, с. 1].

В свете негативных тенденций современного мира невозможно не признать, что насилие и конфликт относятся к числу наиболее серьезных проблем, перед которыми сегодня оказалось человечество. Хотя очевидно, что признание этого факта самый первый и, в некотором отношении, самый простой шаг из тех, что нам предстоит сделать в дальнейшем. Мы должны также задаться вопросом: почему люди действуют агрессивно и какие меры необходимо принять для того, чтобы предотвратить или взять под контроль подобное деструктивное поведение? [3, с. 24]

Характер агрессивного поведения во многом определяется возрастными особенностями человека. Каждый возрастной этап имеет специфическую ситуацию развития и выдвигает определенные требования к личности. Адаптация к возрастным требованиям нередко сопровождается различными проявлениями агрессивного поведения [4, с.].

Не секрет, что чаще всего попадают под «влияние агрессии» подростки. Они, как хрупкая, несформированная система, ещё не могут справляться с собственными переживаниями, воздействиями на них

Том 3 • №3 • 2016
ISSN 2413-6522

окружающей среды, коммуникацией и многими другими внешними факторами воздействиями. Именно поэтому необходимо вовремя заметить, проанализировать и оказать своевременную помощь ребёнку.

Одним из таких способов решения данной проблемы является «Сенсорная комната». Волшебный мир сенсорной комнаты представляет собой пространство, специально оборудованное таким образом, чтобы максимально успешно стимулировать различные органы чувств ребенка. Все элементы комнаты устанавливаются и настраиваются индивидуально, тем самым позволяя регулировать степень и глубину воздействия.

В зависимости от поставленных задач можно воздействовать на зрение, обоняние, осязание, слух, вестибулярный аппарат, причем это можно делать как одновременно, так и поочередно. С помощью специальных элементов в сенсорной комнате достигается ощущение комфорта и уюта, человек чувствует себя в полной безопасности, может прийти в состояние глубокой умственной и мышечной релаксации, что создает благоприятную среду для общения, терапии (психотерапии) и лечения различных расстройств и заболеваний.

Доверительная обстановка позволяет наиболее успешно контактировать подростку и специалисту, сглаживает острые углы при обсуждении каких-либо спорных вопросов, максимально раскрепощает партнеров по общению. Именно поэтому сенсорные комнаты часто называют лечебными и широко используют в медицинских учреждениях, а также при профилактике различных заболеваний, общих оздоровительных процедурах или устранении патологий.

Но это не все преимущества сенсорной комнаты. За последнее время мир заметно преобразился и современные инновации проникают повсюду. Без внимания не остались и школы. С помощью программы «Доступная среда» благами инновационных разработок теперь можно пользоваться и в ГБОУ СОШ «Центр образования» г. Чапаевска.

Практика показывает, что даже за небольшой временной период можно достичь больших успехов, работая с подростками, склонными к агрессии. Можно сравнить результаты занятий с неагрессивными детьми и детьми, склонными к агрессии. Благодаря регулярным занятиям в сенсорной комнате у неагрессивных подростков нормализуется психоэмоциональное состояние, ускоряются процессы развития сознания, восприятия и познания окружающего мира и всех процессов, происходящих в нем.

Проводимые в такой обстановке психологические консультации с агрессивными детьми дают более ощутимый результат и отмечается положительная динамика после занятий. Многие ученые также признают необходимость сенсорных комнат и их положительное влияние на развитие психики ребенка.

Статья является результатом продолжительной работы, которая доказывает, что методика «Сенсорная комната» достаточно успешно работает, если придерживаться следующих рекомендаций:

1. Проводить занятия необходимо как с детьми, которые имеют определённые проблемы во взаимодействии с окружающим миром, так и с подростками, которые их не имеют;

2. Работать над проблемой необходимо только под присмотром специалиста;

3. Достигнуть определённого эффекта можно даже благодаря периодическому пребыванию в сенсорной комнате и целенаправленной работе и специалиста, и ребёнка;

4. Гарантировать положительный результат можно только тогда, когда определённый комплект функциональных блоков сбалансирован для определённого случая;

5. Подбирать оборудование необходимо в зависимости от того, на какие органы чувств вы хотите производить воздействия (тактильные, зрительные, звуковые и обонятельные)

6. Также благоприятно для сенсорной комнаты наличие комнатных растений (деревьев или небольших зеленых кустиков), кондиционеров или обогревателей (в зимний период), вентиляторов, увлажнителей воздуха и других приборов, улучшающих микроклимат в помещении.

Источники:

1. Хомская Е. Д. Х = Нейропсихология: 4-е издание. — СПб.: Питер, 2005. — 496 с.
2. Исаев Д. Н. Эмоциональный стресс, психосоматические и соматопсихические расстройства у детей. — СПб.: Речь, 2005. — 400 с.
3. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. — СПб: Питер, 2001. — 352 с: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
4. Мудрик А.В. Социальная педагогика: Учеб. для студ. пед. вузов / Под ред. В.А. Сластенина. — М.: Издательский центр «Академия», — 2009. — 184 с.

Сведения об авторе:

Кузнецова Анна Михайловна, студент, магистр факультета психологии и специального образования ГБОУ ВПО СГСПУ, Самара, Россия
E-mail: a.n.n.e.t.k.a@mail.ru