



VEIKLA:

SVEIKOTINGUMAS

Sveikotringumo kambarys – tai aplinka, skirta skatinti pirminius kvapo, regos, garso pojūčius. Pasitikėjimo ir atsipalaidavimo pojūtis yra kūriami per palankią aplinką. Šiame kambaryje galima visiškai atsiriboti nuo kasdieninės rutinos ir pabūti ramybėje, harmonijoje su savimi ir pamiršti visus rūpesčius.

TIKSLAI:

- nusiraminti arba priešingai – suaktyvinti ir tuo pačiu skatinti Paslaugų gavėjus atkreipti dėmesį į aplinką;
- įvairių pojūčių stimuliacija;
- motyvuoti ir skatinti tyrinėjimą;
- mažinti socialinės adaptacijos sunkumus;
- mažinti emocijų ar elgesio problemas;
- atpalaiduoti nervinę įtampą;
- gerinti savijautą;
- stabilizuoti emocijas;
- kelti motyvaciją.

Uždaviniai:

- skatinti tyrinėti supančią aplinką;
- lavinti sensorinių pojūčių suvokimą;
- pašalinti sensorinių pojūčių sutrikimus;
- žadinti teigiamas emocijas;
- stiprinti imunitetą;
- skatinti kūrybiškumą;
- stiprinti pasitikėjimą savimi;
- gerinti atmintį.

METODAI, BŪDAI:

- vizualinė stimuliacija dėmesio sutelkimui (video, spalvų valdymo pultas);



- audio stimuliacija (relaksacinė muzika, binauraliniai ritmai, Soundsory ausinių metodas);
- muzikinės vandens lovos naudojimas jutimo stimuliavimui, atsipalaidavumui;
- uoslės stimuliacija aromaterapijos pagalba (naudojami eteriniai aliejai, indiški smilkalai);
- lytėjimo stimuliacija naudojant sensorinį burbulų vamzdį, masažinį krėslą.
- meditacija (Tibeto dubenų meditacija, Gongų terapija, nukreipiamoji meditacija).

TURINYS:

- individualiai išsiaiškinamas sensorinio lavinimo poreikis ir nauda;
- individualiai pritaikomas tinkamas metodas;
- po sensorinio užsiėmimo reflektuojama apie pojūčius, jausmus.

REZULTATAI:

- sumažėja nervinė įtampa;
- padidėja motyvacija;
- padidėja sąmoningumas ir dėmesys;
- pagerėja pažinimas;
- mažėja sresas, dirglumas, nerimas, nusivilimas;
- mažėja agresija, nerimas, bląškymasis;
- pagerėja savivoka;
- mažinamas save stimuliuojantis ir žalojantis elgesys;
- lavinama atmintis;
- didėja dėmesio sutelkimas.

Planą sudarė:

Socialinė darbuotoja

Jolita Kavaliauskienė

Susipažinau:



Socialinio darbuotojo padėjėja
Socialinio darbuotojo padėjėja

Santa Jermačkova
Greta Sankauskienė