

## **Психологические основы работы в интерактивной среде сенсорной комнаты.**

Понимание окружающего мира, взаимодействие с ним — познавательная процедура. Она характерна для гуманитарного познания. Понимание не предполагает проникновения в сущность предмета, заданную его функциями, структурой и причиной возникновения. Оно связано с раскрытием смысла как самоценности, самобытности данного явления. Большинство исследователей сходятся во мнении, что понимание — существенное звено эффективной регуляции общения и деятельности людей. Поэтому для организации целенаправленной работы в темной сенсорной комнате важно осмыслить процесс понимания и возможные направления психолого-педагогической работы в интерактивном пространстве.

Понимание определяется как процесс постижения и освоения человеком вещей и явлений, выступающих в качестве носителей смыслов и значений, а главная функция понимания связана с обеспечением осмысленного поведения человека в обществе. Понимание в процессе мышления представляет собой осмысление объектов или явлений, включение их в некую обобщенную картину путем догадок о причинах их возникновения и на основе опосредованного знания формулировки выводов о последствиях, к которым они могут привести.

Понимание зиждется на взаимодействии первой и второй сигнальных систем. Причем особая роль принадлежит второй сигнальной системе, в которой слово, выступая, по выражению И. П. Павлова, в качестве «многообъемного» раздражителя, обобщает знания человека, его опыт и при необходимости позволяет оперировать этим опытом в

новых условиях или образовывать новые связи. В основе механизмов понимания, подчеркивал И. П. Павлов, лежит «образование временных связей» — то, что он называет ассоциацией». Ассоциации, по мнению ученого, и есть знание определенных отношений внешнего мира. Когда человек пользуется ассоциативными знаниями, он «понимает» поскольку «пользование знаниями, приобретенными связями - есть понимание...» (И. П. Павлов.).

Различают два вида понимания: непосредственное и опосредованное. Оба эти вида активно развиваются у детей подростков и взрослых в процессе абилитационных занятий в сенсорной комнате. В зависимости от целей и направлений работы в интерактивной среде в большей мере развивается тот вид понимания, который целенаправленно формируется в ходе занятий с определенной адресной группой детей (подростков или взрослых).

Для того чтобы выделить наиболее значимые для разных направлений работы в сенсорной комнате виды понимания, кратко рассмотрим их.

Непосредственное понимание достигается сразу или почти сразу. Оно не требует усилий, не опосредуется никаким предварительным размышлением. В ситуации, хорошо известной субъекту, нет необходимости предварительно рассуждать и повторно ее анализировать, поэтому понимание здесь как бы сливается с восприятием объектов. Когда нужно понять знакомые слова, действия, поступки людей и т. д., то понимание осуществляется в форме понимания-воспоминания. Такое понимание основано на актуализации прошлого опыта, фактически не требует от человека мышления в момент понимания и основывается на прошлой мыслительной деятельности. Ассоциации, возникшие в прошлом опыте и служащие основой понимания, в этих случаях актуализируются достаточно быстро по времени. Эти особенности непосредственного понимания

необходимо учитывать в практике психотерапевтической работы с детьми старшего дошкольного и младшего школьного возраста, и особенно в работе с подростками и взрослыми. Занятия в специально созданной интерактивной среде, наполненной аудиальными, визуальными и тактильными стимулами, в сочетании со словесной регуляцией действий позволяют максимально сконцентрировать внимание на интересных, значимых, наиболее проблемных ситуациях, основанных на предыдущем жизненном опыте человека. Эта концентрация внимания в комплексе с релаксационным, то есть устранением излишней напряженности и недоверия к окружающему, в гармонизированных условиях интерактивной среды, позволяет вызывать понимание-воспоминание. Мыслительная деятельность индивида, основанная на прошлом опыте, выбор из этого опыта наиболее ярких и значимых событий, как положительных, так и негативных, коррекция их с помощью различных методик — одна из задач работы специалиста в темной сенсорной комнате.

Опосредованное понимание — процесс поэтапный и последовательный во времени: от первоначального смутного недифференцированного осмысления к более четкому, ясному и дифференцированному. Обычно такой вид понимания имеет место при осмыслении нового материала и осуществляется как выделение и осмысление отдельных элементов, дающее возможность понять целое. В данном случае понимание осуществляется как сложная аналитико-синтетическая деятельность, в которой выделение частей или сторон целого тесно переплетается с объединением их между собой, с раскрытием связей и отношений между ними и тем целым, которому они принадлежат. В ходе этой деятельности случается, что в какой-то момент времени понимание достигается сразу, «внезапно». Однако следует иметь в виду, что такое «внезапное» понимание оказывается подготовленным предварительной аналитической

работой, которая протекала еще до того, как было достигнуто это «внезапное» понимание.

Понимание проявляется «многолико» и неоднозначно. Иногда оно сводится к отнесению предметов или явлений к определенной категории, подведению частного случая под соответствующее понятие. В элементарной форме такое понимание совпадает с узнаванием. В других случаях понимание — это выяснение причины явления и прогнозирование следствия, то есть установление причинно-следственных связей, раскрытие происхождения и развития явления. Например, понимание поступков людей заключается в раскрытии объективных причин совершаемых ими действий, их мотивов, смысла, общественного значения. Иногда понять что-нибудь — означает установить, как устроена вещь, из каких частей она состоит, как действует каждая часть, как взаимодействуют части между собой. Таково, например, понимание всякого рода механизмов, строения организма и его деятельности.

В области человеческих взаимоотношений понимание достигается благодаря восприятию людьми друг друга, объяснению и предсказанию поступков другого, эмпатии (понимание чувств, потребностей другого). В общении и в процессе совместной трудовой деятельности особое место занимает понимание речи (отдельных слов, предложений, связного изложения). При этом в процесс понимания входит не только буквальное значение речи, но и ее подтекст, ее дополнительная смысловая нагрузка.

Понимание как механизм мышления имеет непосредственное отношение к выявлению новых знаний о действительности, к их усвоению, к включению нового в структуру опыта субъекта. Характерная особенность понимания состоит в том, что в разных проблемных ситуациях понимание человеком фактов, событий, явлений имеет неодинаковую психологическую природу (В. В. Знаков).

Это положение важно для нас, так как в ситуациях взаимодействия человека с интерактивным оборудованием, общения с другими членами группы в среде сенсорной комнаты проявляются разные формы понимания. Это находится в прямой или опосредованной зависимости от того, как осуществляется взаимодействие с интерактивной средой, а главное, какую цель оно преследует: сенсорно-перцептивное развитие, коррекцию поведения, релаксацию и т. д.

В основе понимания лежат три вида мыслительных действий: опознавание знакомого в новом материале; прогнозирование и выдвижение гипотез о прошлом или будущем объекта в ситуациях, которые необходимо понять; объединение элементов понимаемого в целое. Осуществление субъектом именно этих действий в сенсорной комнате способствует возникновению у него соответствующей формы понимания объекта: понимания-узнавания, понимания-гипотезы, понимания-объединения. Для занятий в сенсорной комнате важны все формы понимания объектов, событийных ситуаций, но они не равнозначны для достижения целей развивающей или коррекционной работы в интерактивной среде.

Понимание-узнавание соотносится с пониманием фактов (событий, явлений). Ведущая мыслительная процедура в этом случае — узнавание. Оно часто носит констатирующий характер: субъект ограничивается узнаванием факта, актуализацией его смысла, сформированного в прошлой мыслительной деятельности.

Понимание-гипотеза реализуется в различных видах мыслительной и предметно-практической деятельности, обусловленных типами проблемных ситуаций. В специально разработанных программах развивающей, психотерапевтической и другой работы в сенсорной комнате предполагается использование обстоятельств, которые могут подразумеваться или быть представленными в виде описания

событий, взаимодействия с предметами познания, разыгрывания ситуаций, требующих установления обстоятельств их возникновения, осознания причин, их вызвавших, или последствий, к которым они могут привести. Во всех указанных случаях основное содержание мыслительной деятельности познающего субъекта в интерактивной среде составляют интеллектуальные действия прогнозирования, поиска неизвестного. Эта деятельность в среде сенсорной комнаты усиливается под направленным воздействием на процесс понимания дополнительных раздражителей, по модальности соответствующих его характеристике: аудиальных, визуальных или тактильных ощущений.

Понимание-объединение возникает в тех случаях, когда для понимания человеку необходимо мысленно собрать все составляющие ситуации, объединить элементы понимаемого в целое. Понимание-объединение — наиболее сложная из всех упомянутых форм понимания. Оно включает в себя мыслительные операции и действия, в результате которых составляющие проблемной ситуации не просто механически объединяются, а возникает абсолютно новое качество. Однако понимание-объединение не может быть полным и исчерпывающим, если человек не способен объяснить понимаемое явление, то есть выразить в слове зависимость результатов от причин. Понимание-объединение на целенаправленных занятиях в специально организованных условиях (играх, тренингах, взаимодействии с интерактивным оборудованием и т. п.) обычно проявляется на завершающих этапах формирования мыслительного процесса.

Главная суть понимания в процессе занятий в сенсорной комнате состоит в том, чтобы соотнести поступающую информацию при взаимодействии со специально созданной полифункциональной интерактивной средой с уже имеющейся системой знаний и на этой основе получить новое знание.

Полнота понимания характеризуется выделением всех существенных объектов и их признаков, установлением функциональной взаимосвязи между ними. Следует учесть, что полнота понимания в ситуации взаимодействия с интерактивным оборудованием зависит от возможных искажений воспринимаемого материала, нарушения последовательности воспринимаемых информационных единиц и т. д.

Обоснованность, то есть осознание и выдвижение оснований, позволяющих считать понимание правильным. Не всякое понимание сопровождается таким осознанием, реализуемым в виде аргументированных оснований. В некоторых случаях понимание достигается, но отсутствует суждение (обоснование), подтверждающее его правильность. Нередко, правильно отвечая на вопросы, субъект понимания затрудняется объяснить, почему он ответил именно так, а не иначе. Логические выводы, умозаключения — обязательные составляющие понимания, прежде всего, как результата психологической работы с детьми старшего дошкольного, младшего школьного возраста, подростками.

К числу важных параметров понимания относится опосредованность. В условиях сенсорной комнаты она проявляется в процессе манипулирования интерактивным оборудованием, реальными предметами, образами предметов или речью. Опосредованность, как правило, отражает доминирующую основу мыслительного процесса (предмет, образ, слово). Например, понимание может быть достигнуто с помощью речи (внутренней или внешней), то есть на основе размышления «про себя» или вслух. Однако следует иметь в виду, что к пониманию можно прийти, совершая определенные действия с предметами или оперируя образами, которыми наполнена интерактивная среда темной сенсорной

комнаты.

Обобщенность понимания характеризует степень выделения существенных признаков предметов и явлений из несущественных. Такой параметр понимания, как соотношение логических и эмоциональных компонентов, реализуется в довольно мучительном эмоциональном переживании интеллектуального затруднения, в настойчивом стремлении преодолеть его, найти решение вопроса.

Для определения направлений работы в сенсорной комнате немаловажное значение имеет подход, в соответствии с которым понимание определяется как ориентировка в проблемной ситуации (П. Я. Гальперин, А. В. Запорожец, А. Н. Леонтьев, Н. Ф. Талызина и др.). В соответствии с этим подходом начальным этапом полноценной, мыслительной деятельности является ориентировочный этап. Его основная функция — анализ условий задачи и предварительное составление общего плана ее решения, определение стратегии поиска.

Таким образом, попытка понять какое-то явление с помощью аудиальных, визуальных и тактильных ощущений, возникающих при восприятии различного материала, не предполагает слияния с предметом, полного погружения в него. Напротив, понимание означает установление дистанции между человеком (ребенком, подростком или взрослым) и понимаемым, следовательно, предполагает определенную степень самопознания в полифункциональной интерактивной среде сенсорной комнаты.

Представления об окружающем пространстве, в том числе и сенсорном, формируются исходя из особенностей развития психомоторных способностей детей, расширяются и структурируются исходя из сохранности их на протяжении жизни у взрослых. Анализ основных структурных компонентов психомоторных функций имеет большое значение для организации работы в сенсорной комнате.



Процесс восприятия является базовым для развития общих, групповых и специальных компонентов психомоторных функций. Он рассматривается как целостное отражение предметов, ситуаций и событий, возникающее при непосредственном воздействии физических раздражителей на рецепторные поверхности органов чувств. Уровень развития психомоторных функций человека зависит от степени сформированности сенсорных функций, то есть ощущений. При этом выделяется их операциональный уровень, который представлен перцептивными операциями, то есть способами выполнения перцептивных действий. Для перцептивной деятельности важен ее мотивационно-личностный аспект. Он рассматривается в рамках познавательных потребностей, начиная с появления перцептивных исследовательских действий и практических манипуляций.

Процесс восприятия является базовым для развития общих, групповых и специальных компонентов психомоторных функций. Он рассматривается как целостное отражение предметов, ситуаций и событий, возникающее при непосредственном воздействии физических раздражителей на рецепторные поверхности органов чувств. Уровень развития психомоторных функций человека зависит от степени сформированности сенсорных функций, то есть ощущений. При этом выделяется их операциональный уровень, который представлен перцептивными операциями, то есть способами выполнения перцептивных действий. Для перцептивной деятельности важен ее мотивационно-личностный аспект. Он рассматривается в рамках познавательных потребностей, начиная с появления перцептивных исследовательских действий и практических манипуляций.

## Пояснительная записка.

Для детей с нарушением зрения роль ученика зачастую становится источником больших физических и эмоциональных нагрузок. На общие трудности обучения в школе наслаиваются проблемы, вызванные зрительным дефектом. У детей с нарушением зрения зрительное восприятие протекает в условиях обедненной зрительной среды, они испытывают серьезные трудности в определении цвета и цветового тона, яркости, контрастности, а также формы, величины и пространственного расположения предметов. Детям сложно различить нескольких объектов, одновременно опознать их. Недостатки зрительного восприятия отрицательно влияют на развитие мыслительных операций (анализ, синтез, сравнение, обобщение и т. д.) младших школьников, что значительно затрудняет учебно-познавательную деятельность. Трудности связаны как с темпом учебной работы, так и с качеством выполнения учебных заданий. Все это неизбежно ведет к низкой успеваемости, а ситуация неуспеха зачастую перерастает в негативные эмоциональные состояния, что снижает положительную мотивацию учебной деятельности и может стать причиной формирования отрицательных качеств личности детей.

Дети со зрительной депривацией часто не понимают своих чувств, не соотносят их с переживаниями других людей, плохо различают выражение другого человека, их собственная мимико-жестовая речь скована. Все это приводит к возникновению трудностей при решении самых простых жизненных вопросов в общении с окружающими. Неустойчивость самооценки и ее зависимость от ситуации и мнения окружающих, высокая внушаемость также препятствуют успешной адаптации в обществе.

Восприятие человеком пространства рассматривается как один из видов отражения отношений между объектами. Различение и обобщение отношений между воспринимаемыми объектами среды

является, по существу, двусторонним процессом. Одна сторона представляет собой собственно перцептивное, непосредственно чувственное отражение определенных связей между объектами, другая связана с мышлением. Это единство чувственного и логического в отражении пространственных, временных и количественных отношений определяет готовность ребенка к отражению других, более сложных отношений и взаимозависимостей между явлениями внешнего мира, способствует гармонизации их отношений с окружающим миром. Именно в специально организованной для психологической работы сенсорной комнате такое взаимодействие между человеком и интерактивной средой осуществляется наиболее гармонично. Эта среда в определенной мере вступает в виртуальное взаимодействие с человеком, и он, откликаясь на это взаимодействие, начинает по-иному воспринимать окружающее пространство. Оно «обволакивает» его, «провоцирует» в хорошем смысле этого слова к взаимодействию на основе чувственного опыта. Такое взаимодействие отвлекает от эмоциональных и бытовых проблем, ненавязчиво вовлекает в интересную и увлекательную деятельность.

Сочетание нескольких стимулов полифункциональной интерактивной среды сенсорной комнаты, (звуков, цвета, запахов, тактильных ощущений) неодинаково воздействует на психическое и эмоциональное состояние ребенка с нарушениями зрения: как успокаивающее, расслабляющее, так и тонизирующее, стимулирующее, восстанавливающее, то есть речь идет о феноменах возбуждения и торможения. Причем процессы торможения также являют собой возбуждение, но в измененном виде (А. А. Ухтомский). Поэтому сенсорная комната способствует не только достижению релаксации, но и активизации различных функций центральной нервной системы.

Занятия в сенсорной комнате помогают поднять простые ощущения

на уровень осознанного восприятия, стимулируя тем самым процессы саморегуляции центральной нервной системы. Таким образом, психоэмоциональная сфера человека начинает ограждать себя от негативного воздействия стрессовых ситуаций. В интерактивной среде сенсорной комнаты осуществляется немедикаментозное воздействие, помогающее преодолеть нервное и психическое напряжение, восстановить работоспособность. Мышечное расслабление, отдых, отсутствие проблемных ситуаций здесь и теперь, положительные эмоции становятся основой и хорошим сопровождающим фоном для преодоления тревоги и стресса. Кроме того, положительный эмоциональный фон обеспечивает усиление мозгового кровообращения и накопление запасов умственной энергии.

**Цель:**

повышение эффективности сенсомоторной деятельности и гармонизация личности.

**Задачи:**

1. Стабилизация эмоционального состояния, оптимизация уровня тревожности и агрессии (произвольная регуляция и смыслообразующая функция психомоторных процессов);
2. Формирование навыков стрессоустойчивого поведения;
3. Развитие познавательной деятельности детей со зрительной депривацией;
4. Стимулирование сенсорных процессов;
5. Развитие общей и мелкой моторики, коррекция двигательных нарушений.

**Основные направления.**

- Использование стимулирующих упражнений, активизирующих и развивающих у детей со зрительной депривацией сенсорные функции: зрительное и слуховое восприятие, осязание и пространственное восприятие;
- Непосредственное общение, которое имеет огромное значение для общего психологического развития человека, его самооценки и становления его как личности;

- Релаксационные тренинги, которые уменьшают тревожное состояние, снижают агрессию, обучают саморегуляции.

**Продолжительность курса:**

от 3х месяцев до одного года.

**Продолжительность занятия в сенсорной комнате:**

до 30 мин.

Для возбудимых детей длительность сокращается до 15-20 минут.

**Форма проведения занятий:**

1. подгруппами по 2-4 человека,
2. индивидуально.

## **Используемые методы:**

- Введение в игровую ситуацию.
- Создание познавательной основы путем беседы, направленной на уточнение, расширение уже имеющихся представлений и обогащение их новым содержанием с использованием интерактивного оборудования и психотерапевтических практик.
- Формирование эмоциональной готовности к занятию.
- Этап активного действия — взаимодействие с интерактивной средой. Выбирается световой прибор, позволяющий создать необходимую ситуацию для сенсорно-перцептивной деятельности. Возможно последовательное использование ряда приборов, взаимодополняющих друг друга и стимулирующих ощущения необходимой модальности.
- Слушание историй.
- Придумывание историй.
- Сказкотерапия.
- Музыкакотерапия
- Психогимнастика
- Драматизация
- Ролевая игра
- Импровизация
- Чтение литературы
- Рисование

**Противопоказания:**

обострение сопутствующих соматических и психических заболеваний;

аллергическая и бронхиальная патология.

**Ожидаемые результаты:**

- Расширится жизненный опыт детей со зрительной депривацией;
- Обогатится чувственный мир детей;
- Научатся снимать мышечное напряжение;
- Научатся снимать психоэмоциональное напряжение;
- Корректируются ослабленные сенсорные функции: зрение, слух, осязание;
- Разовьются двигательные функции;
- Активизируются различные функции центральной нервной системы за счет создания обогащенной мультисенсорной среды;
- Сформируются навыки стрессоустойчивого поведения
- Получат дальнейшее развитие познавательные функции: внимание, память, мышление, воображение.



Тематический план занятий с учениками начальных классов  
по программе  
**«Планета здоровья».**

№ п/п	Тема	Количество часов
1.	Знакомство с волшебной комнатой.	1
2.	Золотая осень.	1
3.	В стране шаров.	1
4.	Загадки вокруг нас.	1
5.	Октябрь в лесу.	1
6.	Прогулка по радуге.	1
7.	Оранжевая песенка.	1
8.	В мире звуков.	1
9.	Отдых на море.	1
10.	Цветная карусель.	1
11.	Веселые – грустные клоуны.	1
12.	Звездный мир.	1
13.	Часто и целое.	1
14.	В мире форм.	1
15.	Разноцветные мечты.	1
16.	Зимняя сказка.	1
17.	Снежный сон.	1
18.	Зимние цвета.	1
19.	Четыре стихии.	1
20.	Море радости.	1
21.	Горы обиды.	1
22.	Прогулка по зиме.	1

23.	На острове злости.	1
24.	Цвета и настроение.	1
25.	Веселые рыбки.	1
26.	Материк грусти и печали.	1
27.	Путешествие на голубую звезду.	1
28.	Подводное царство.	1
29.	Весеннее настроение.	1
30.	На цветочной поляне.	

## Литература.

1. Колос Г.Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении. АРКТИ, Москва 2010.
2. Ананьев Б.Г., Рыбалко Е.Ф. Особенности восприятия пространства У детей. М., Просвещение, 1964.
3. Базыма Б.А., Цвет и психика. Харьков, 2001.
4. Баряева Л.Б., Загребяева Е.В. Игры-занятия с тактильным панно «Ёжик», СОЮЗ, 2006.
5. Гарбузов В.И. Практическая психотерапия. СПб., 1994
6. Литвак А.Г. Психология слепых и слабовидящих. РГПУ им. Герцена, 1998
7. Мухина В.С. Возрастная психология. М., Академия, 2003
8. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. М., Новая школа, 1995
9. Фрилинг Г.В. Человек, цвет, пространство. М., 1973
10. Жевнерова В.Л. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья. Санкт-Петербург, ХОКА, 2007
11. Дьяченко Л.П. Плаваем по сухому. Журнал «Игра и дети», 8-2007

**Профилактическая программа  
для учеников начальной школы  
со зрительной депривацией  
*«ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ».***

Автор-составитель  
педагог-психолог  
высшей квалификационной категории  
Головина С.Г.