

- 
- 
- Кабинет психологической разгрузки



# ПРОБЛЕМА

---

- В НАСТОЯЩЕЕ ВРЕМЯ В УСЛОВИЯХ ШКОЛЫ НЕ СУЩЕСТВУЕТ КАБИНЕТА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РАЗГРУЗКИ ДЛЯ РЕЛАКСАЦИИ И СНЯТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ В ПОЛНОСТЬЮ ОБОРУДОВАННОМ ВИДЕ.



# ЦЕЛИ

---

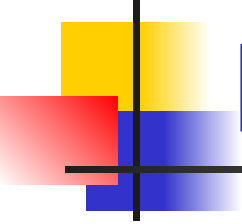
- Психологическая разгрузка сотрудников и школьников после напряженной работы в конце дня или в специально отведенное время(создание расслабляющей, успокаивающей обстановки)
- Психологический настрой (мобилизация) тех сотрудников и школьников, которые с трудом включаются в напряженный ритм работы в начале дня.



# ЦЕЛИ

---

- ▣ Обучение навыкам мобилизации в стрессе(период аттестации, контрольная, экзамен...)
- ▣ Психопрофилактическая работа (обучение методам релаксации, медитации, аутогенной тренировки, навыкам бесконфликтного общения и т.д.)



# Требования к оформлению, расположению кабинета

---

- 1.Интерьер должен вызывать положительные эмоции у посетителей
- 2.Расположен в нешумном удаленном от основного входа месте
- 3.Соблюдение требований к оформлению кабинета



# Оформление

---

## 1.Оборудование:

- Стены с шумоизоляцией
- Экран с проектором(телевизор, видеозаписи)
- Аудиоаппаратура, аудиозаписи
- Система затемнения окон
- Светодинамическая система(регулируемая яркости подсветки)
- Цветомузыкальные устройства
- Аппарат для ионизации, увлажнения и кондиционирования воздуха



# Оформление

---

- Мягкие кресла с удобными высокими спинками (с инд-ми наушниками)
- Ковровое покрытие(темно-зеленого и или других природных цветов)
- Стены- светло-зеленые, или обитые драпировочной тканью, потолок голуб. цвета.
- Элементы ландшафтотерапии(комнатные растения, аквариум, фонтан с подсветкой, фотообои, слайды с динамической подсветкой по периметру, панно с изображением пейзажей)