

***Влияние ароматов  
на психофизическое  
состояние человека.***

**Автор: Файзулина Рафида, 9 класс**

**Руководитель: Шадская Е. Г., учитель химии**



***Запах – это ощущение,  
которое возникает при  
попадании частиц пахучего  
вещества на обонятельные  
рецепторы***

# Запах бывает

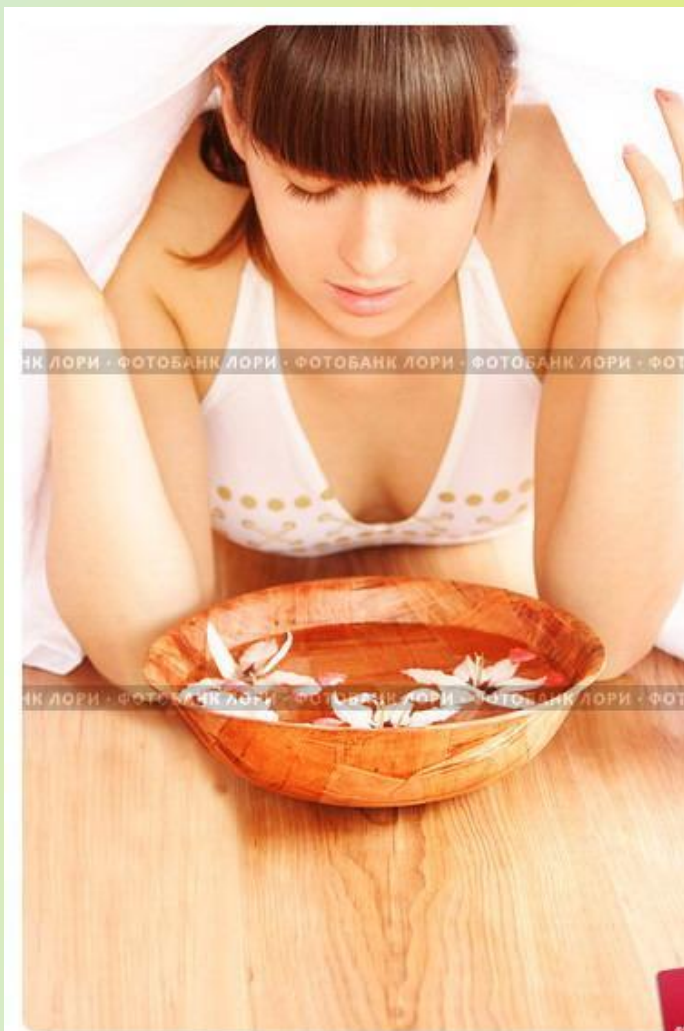
**ПРИЯТНЫЙ**



**НЕПРИЯТНЫЙ**



# Ароматерапия



*Цель работы:*

Изучить влияние запахов  
на психофизическое  
состояние человека

# *Задачи исследования:*

- Изучить литературу по выбранной теме
- Исследовать влияние ароматов освежающей и гармонизирующей смесей на психофизическое состояние учащихя лица
- Разработать вопросы анкеты и провести опрос среди участников эксперимента
- Проанализировать результаты, сформулировать выводы и разработать рекомендации

# *Эксперимент:*

Ароматизация воздуха в кабинете с последующим опросом учащихся 8 – 11 классов.





**Лимон**



**Лаванда**

your Garden Magic  
www.seasons-belarus.nm.ru  
© Дубейковский А.О. 2004

## Освежающая смесь



**Полынь**



**Кипарис**



**Герань**



**Апельсин**

**Гармонизирующая смесь**



**Можжевельник**



**Лаванда**

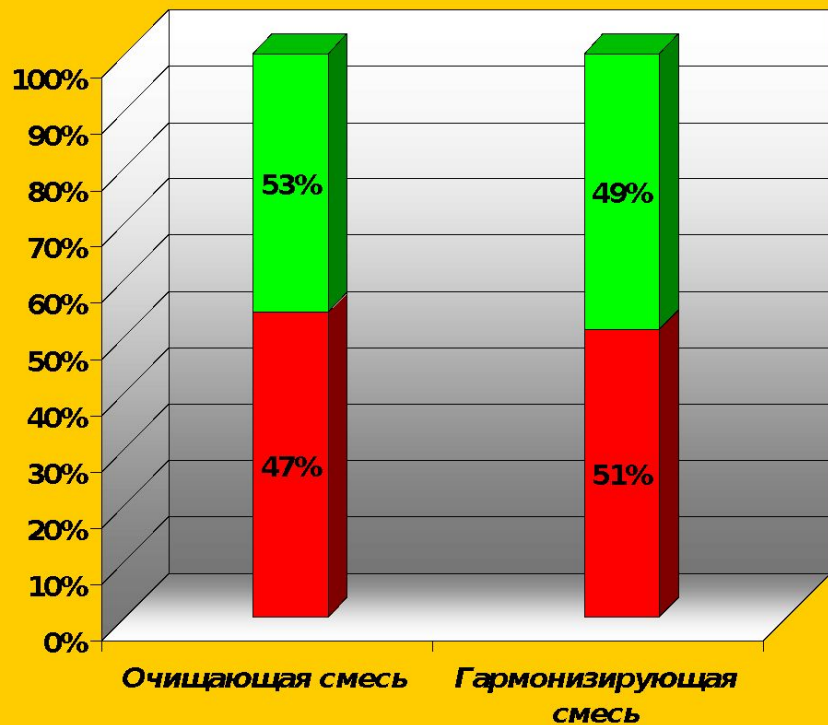
www.searolia-belarus.nm.ru  
© Дубейковский А.О. 2004



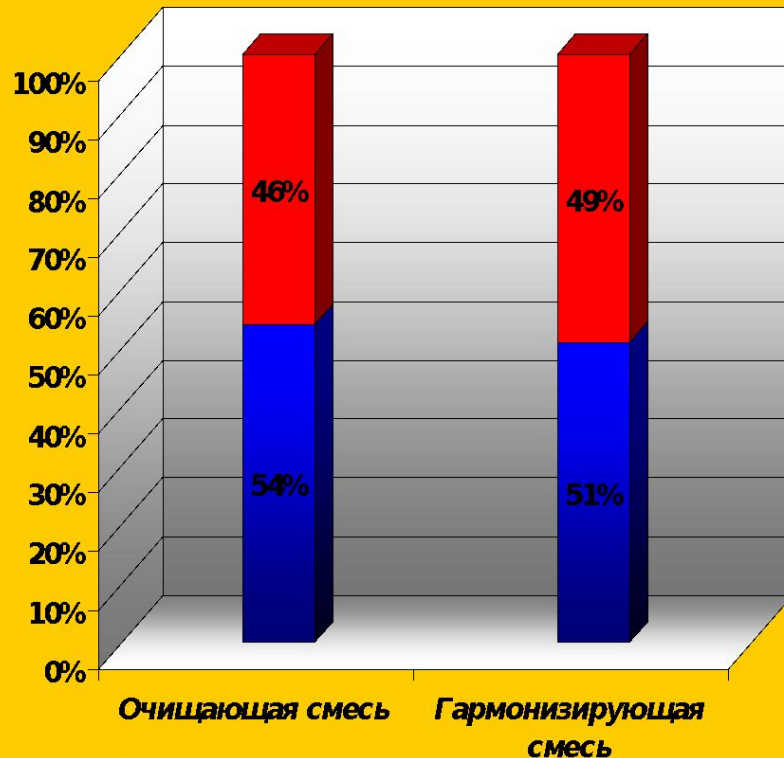
*Для ароматизации помещения  
класса использовался метод  
выпаривания*



# Какой это запах?

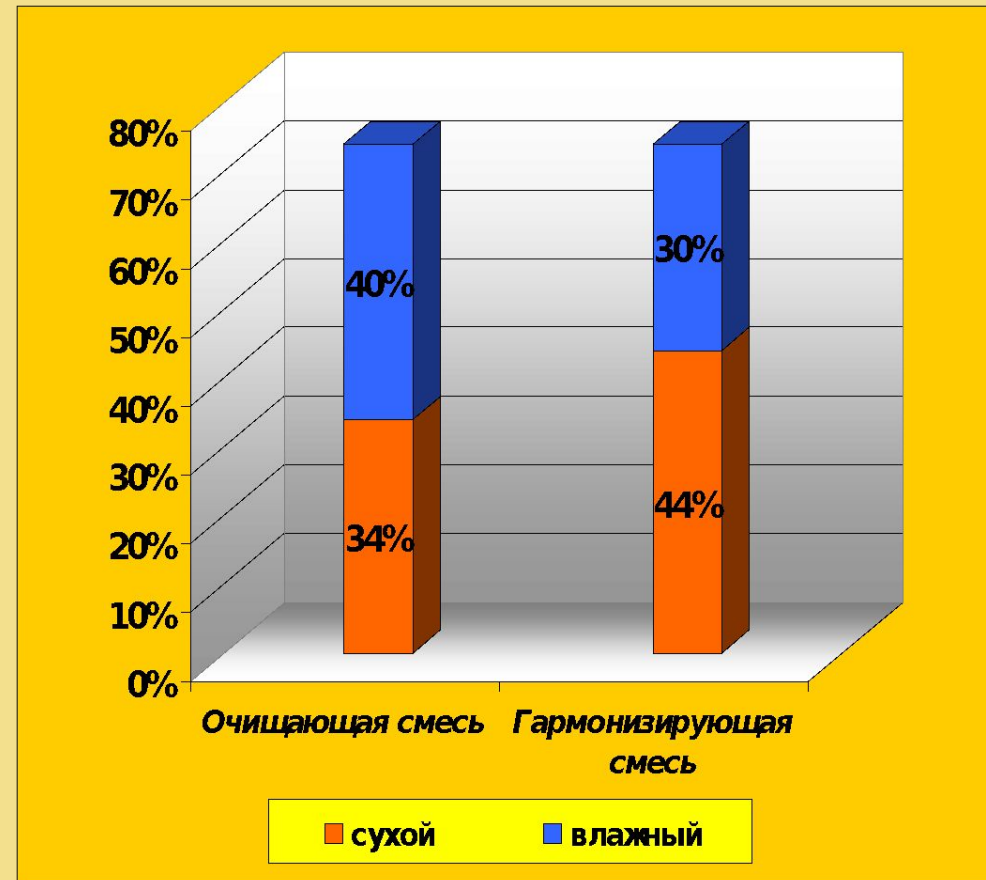


■ неприятный    ■ приятный

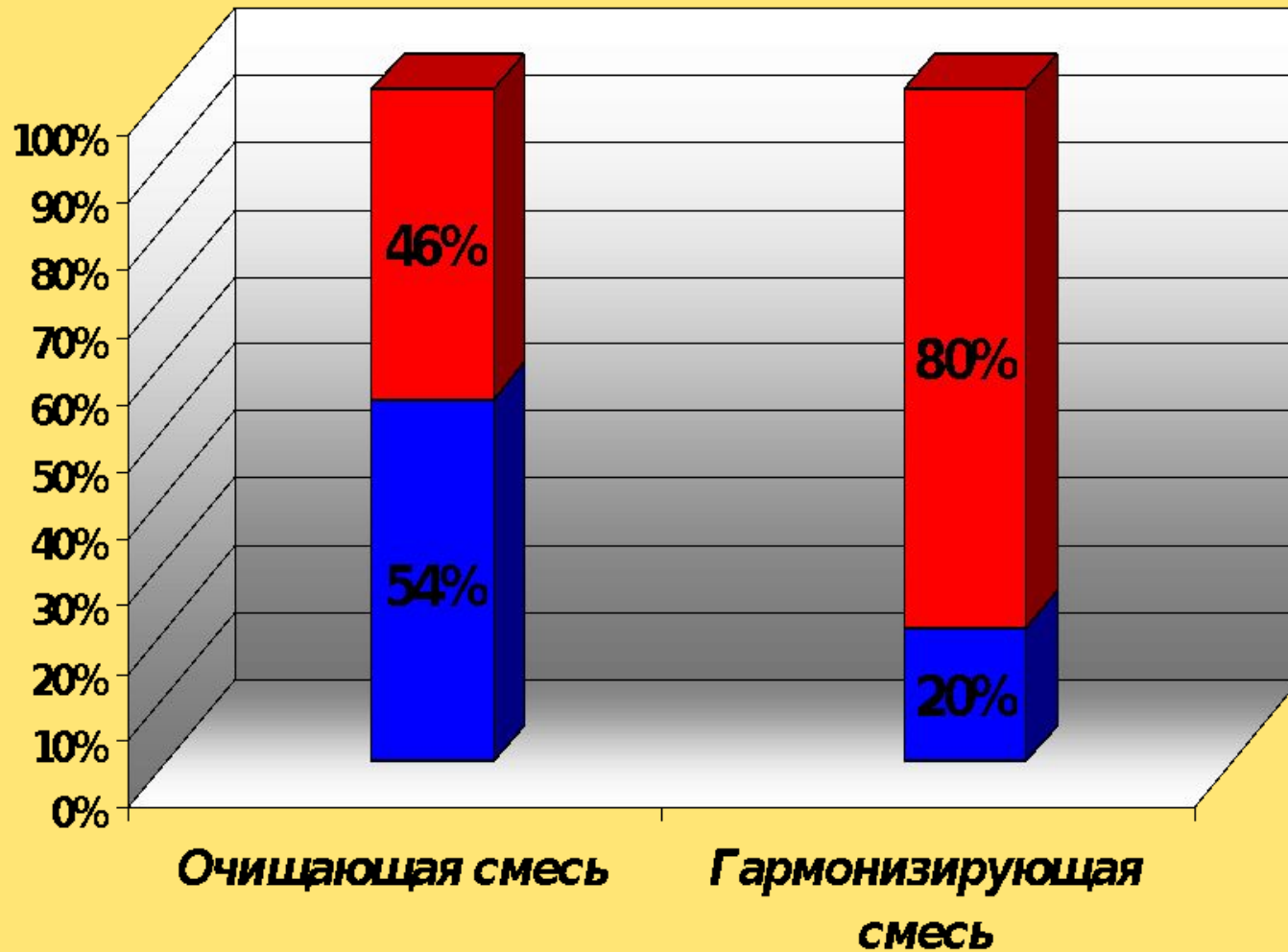


■ прохладный    ■ теплый

# Какой это запах?



# Какой это запах?

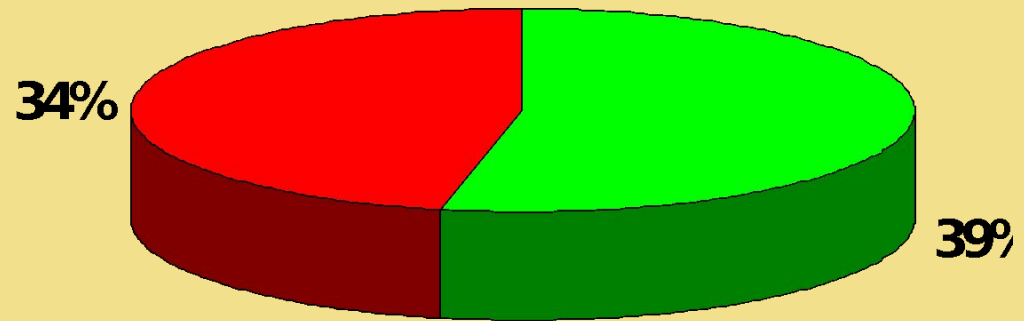


■ свежий

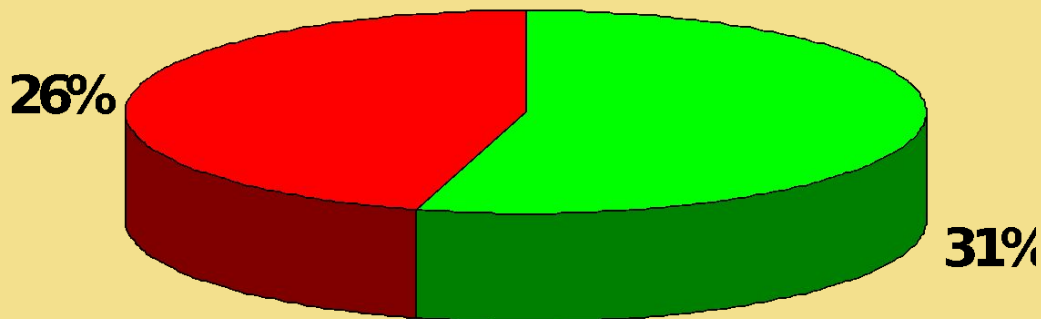
■ цветочный

# Нравится ли вам ЭТОТ запах?

Гармонизирующая смесь

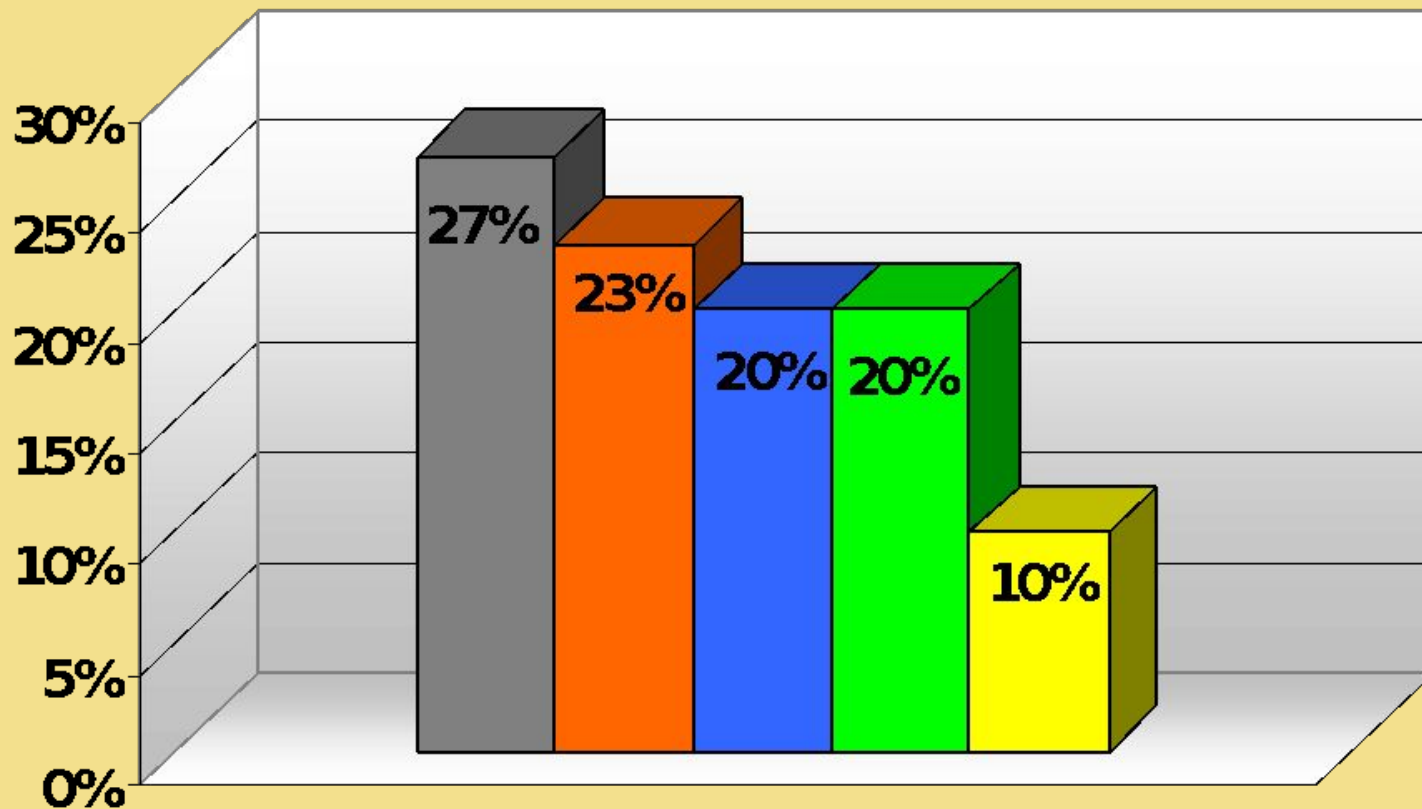


Освежающая смесь





# Как влияет на вас этот запах?



■ Раздражает

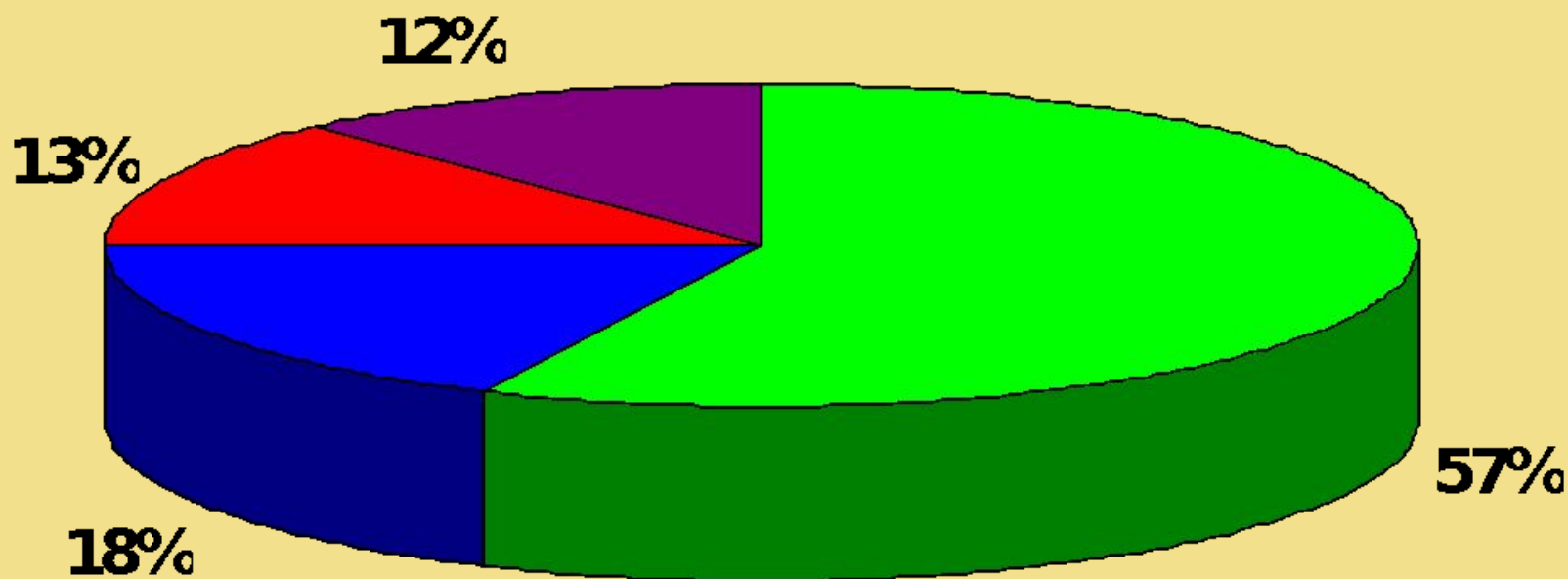
■ Успокаивает

■ Приводит в тонус

■ Ничего не происходит

■ Повышет настроение

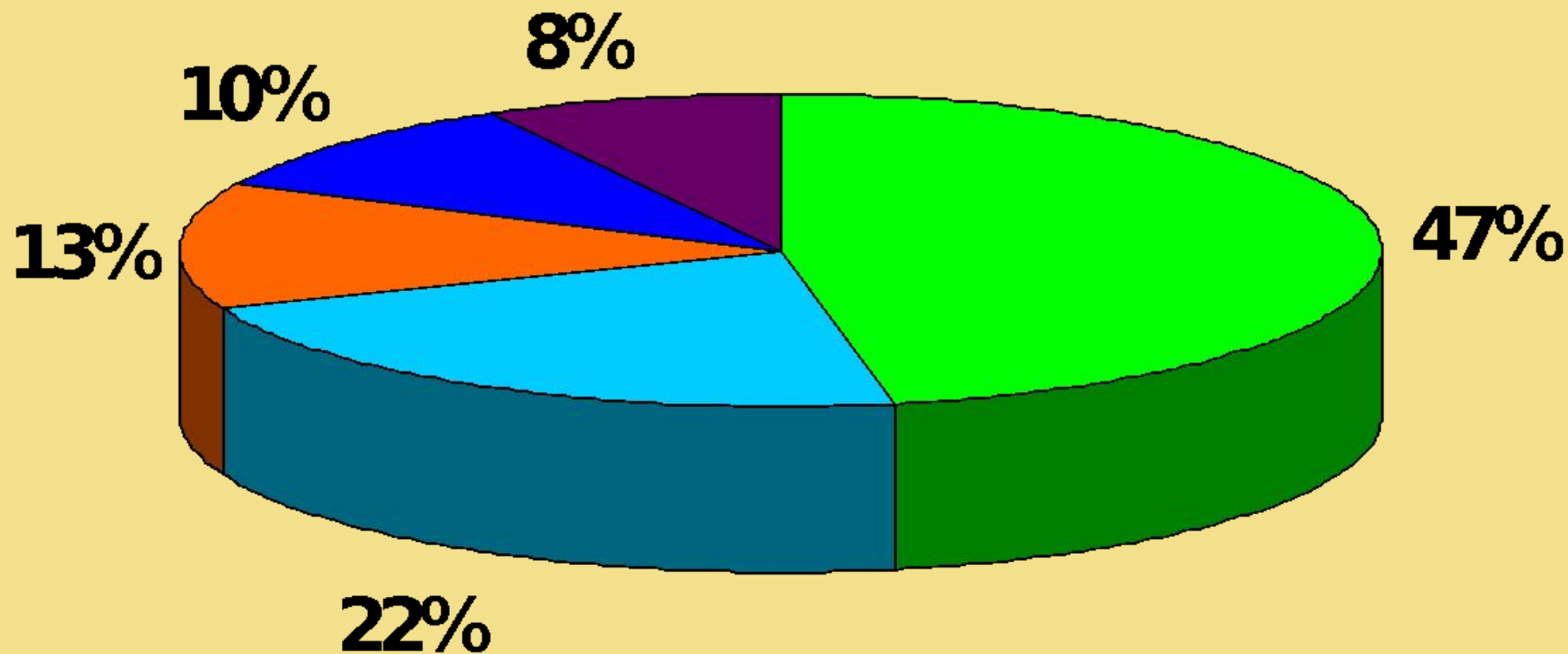
# Какое было настроение до того, как вы зашли в класс?



 Хорошее  
 Отличное

 Плохое  
 Не обратил внимания

# Были ли у вас какие-нибудь расстройства?



■ Все отлично

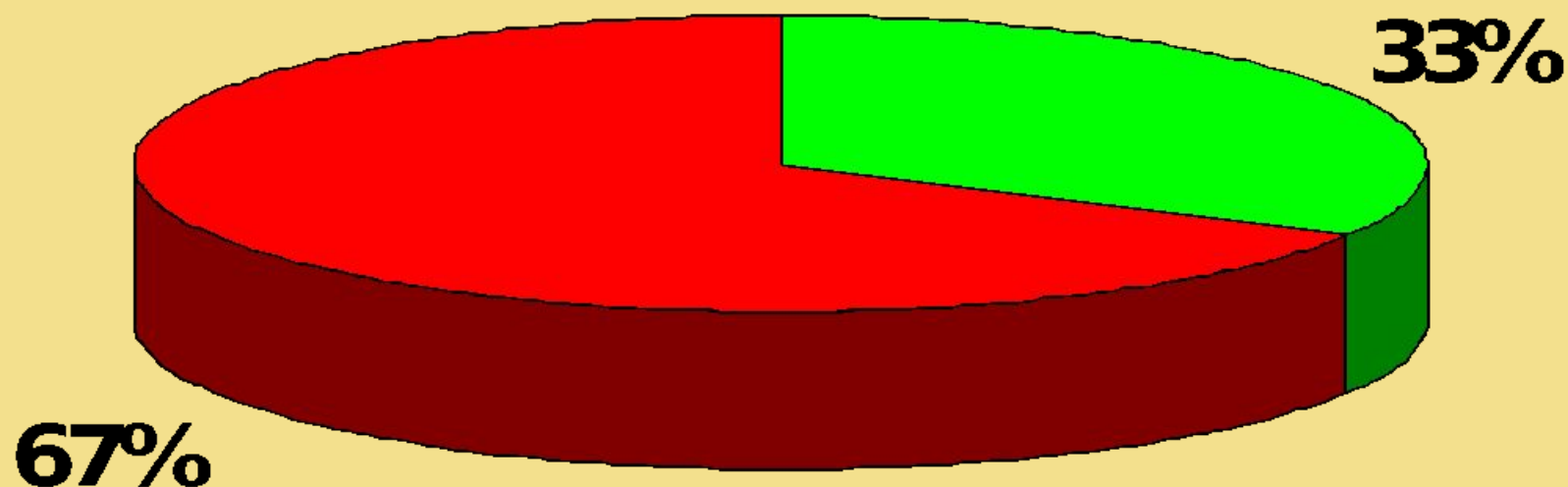
■ ПЕРЕУТОМЛЕНИЕ

■ Отсутствие концентрации внимания

■ Сонливость

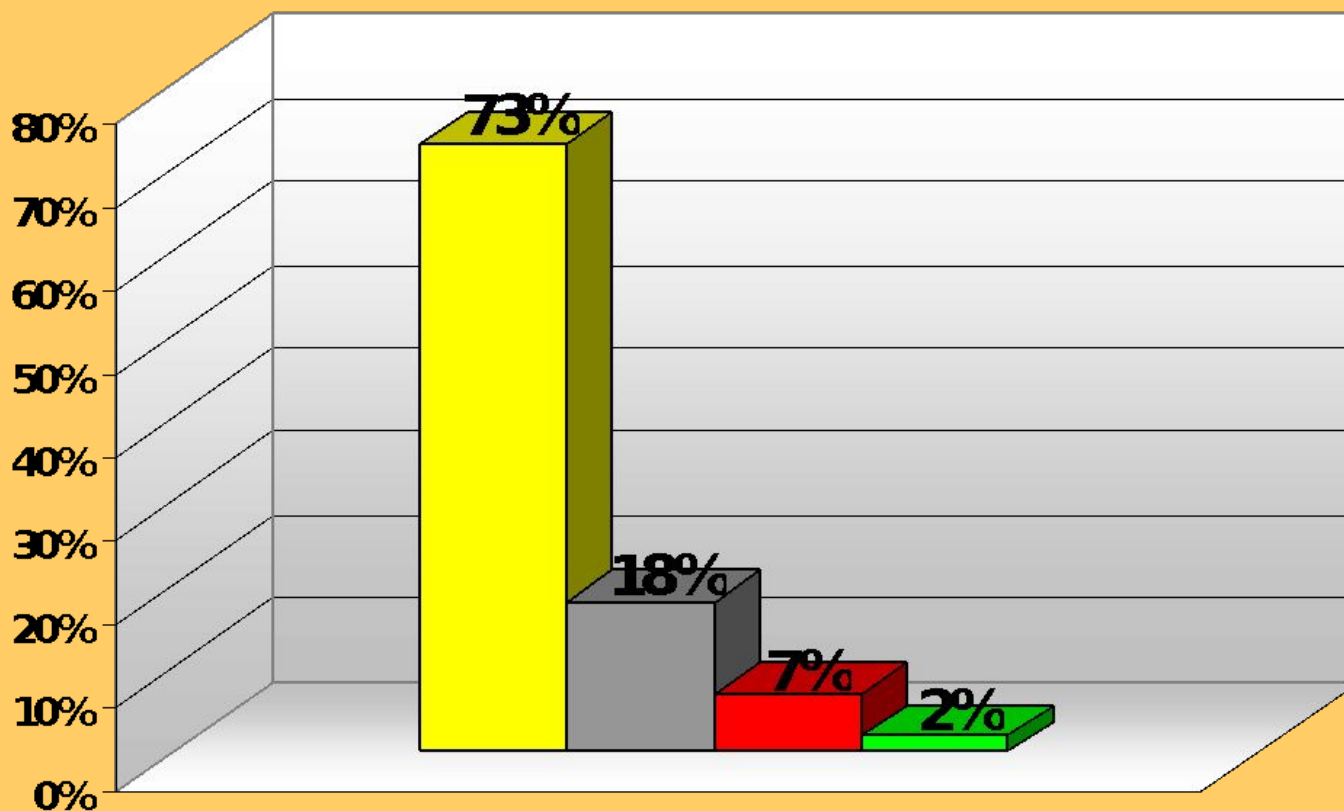
■ Стресс

# Изменилось ли ваше состояние?



# Как изменилось ваше состояние?

## Освежающая смесь



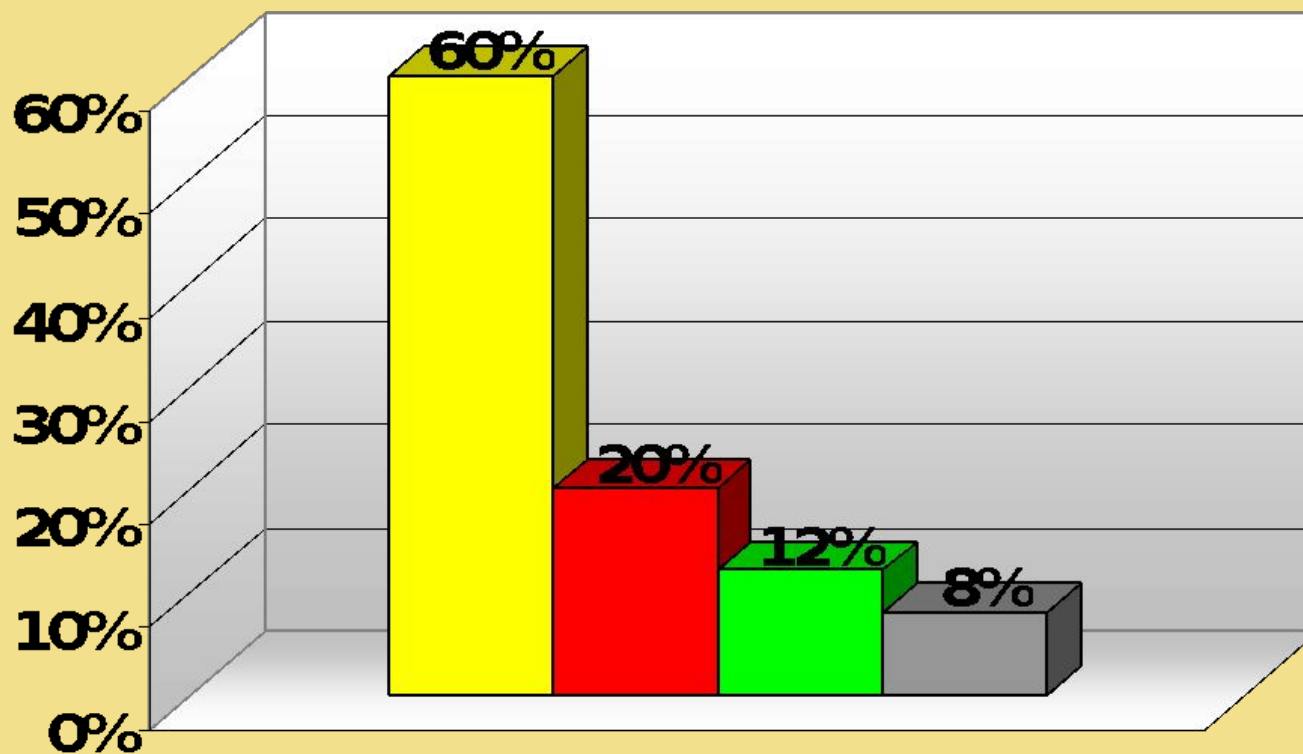
□ улучшилось настроение

■ понижилось настроение

■ увеличилась концентрация внимания

■ стало веселее

# Как изменилось ваше состояние? Гармонизирующая смесь



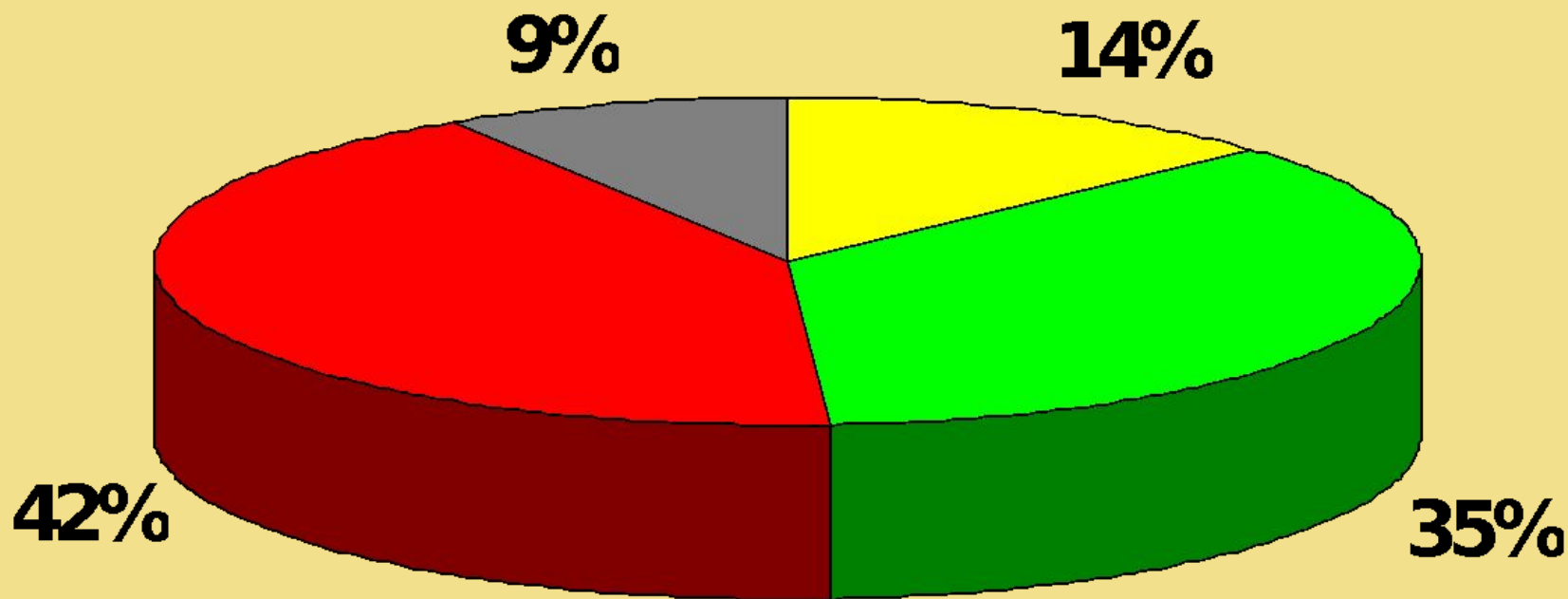
□ улучшилось настроение

■ увеличилась концентрация внимания

■ стало веселее

■ понижилось настроение

Хотели бы ощущать данный запах в рабочей обстановке?



ДА, постоянно

ДА, иногда

НЕТ

все равно

*Запах* – это одно  
из самых  
удивительных  
ощущений,  
которым обладает  
человек





*Каждый человек индивидуален в восприятии запаха и обязательно найдет тот аромат, который улучшит его психическое и физическое состояние*



*«Путь к здоровью –  
ароматическая ванна и массаж  
с благовониями каждый день»*

*Гиппократ*

# ***Наши рекомендации:***

- Прислушаться к самому себе, почувствовать свой аромат и использовать его как помощника улучшить свое состояние
- Использовать ароматерапию в лице

***СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!***