****

**Нетрадиционные методы воздействия в логопедической работе**

*Учитель-логопед: Разумова Елена Дмитриевна*

 **ФИТОТЕРАПИЯ**

***Фитотерапия*** – лечение с помощью лекарственных растений.

Фитотерапию использовали вавилоняне еще в 11 в. до н.э.
Фитотерапевты рекомендуют использовать лекарственные растения при различных речевых аномалиях для:

* восстановления умственной и физической работоспособности;
* устранения усталости, вялости, астенического синдрома;
* профилактики нарушений мозгового кровообращения;
* устранения бессонницы, нервозности;
* профилактики и устранения расстройств памяти;
* восстановления мышечного тонуса.

**При спастической форме дизартрии:**

-    настои из скорлупы кедрового ореха
-    настои из цветков календулы
-    настой из семян укропа
-    отвары донника лекарственного
-    ванны из настоя чабреца
-    отвар пихтовых веток

**При паретичной форме дизартрии:**

-    настои из женьшеня обыкновенного
-    настои из марьина корня
-    настои из гречих посевной
-    настои из мордовника обыкновенного
-    ванны из отвара трав: пшеницы, донника, лапчатки серебристой

**Для беспокойных дизартриков рекомендуется:**

-    отвары чертополоха и подмаренника мягкого

**Для повышения работоспособности, улучшения памяти, концентрации внимания:**

-    отвары зверобоя, ландыша
-    настойки женьшеня
-    сок сырой капусты
-    втирание масла можжевельника в сочетании с точечным массажем по методике К.А. Семеновой

**Для улучшения остроты зрения:**

-    стакан сухих размоченных ягод черники за 30 минут до завтрака
-    стакан свежих ягод в день
-    отвар из листьев черники, собранных до ее цветения (4-5 ложек сушеных листьев на 1 литр кипятка)
-    настой плодов шиповника (стакан шиповника залить 1 литром кипятка и кипятить 10-15 минут, настаивать 3 часа и пить ежедневно по ½ стакана за час до еды)
-    сок и варенье из китайского лимонника (усиливают чувствительность периферического и центрального зрения)
-    ягоды рябины (влияют на сетчатку глаза)
-    ягоды облепихи (восстановление сумеречного зрения – гемералопия)

**При неврозоподобном заикании:**

-    сборы:
Сбор №1:
Вереск, сушеница, пустырник, язвенник, валериана – по 40 гр. Смесь залить 0,5 ст. кипятка, настаивать 8 часов, процедить и выпить за день в 4-5 приемов перед едой и перед сном.
Сбор № 2:
Корни чернобыльника, лист мать-и-мачехи, корни синюхи, донник, сирень – по 20 гр. На 1 ст. ложку смеси, 0,5 л. воды, кипятить 5 мин., настаивать 30 мин., выпить за 4 приема за 15-30 мин до еды.

 **АРОМОТЕРАПИЯ**

Исследования ученых показали, что запахи способны управлять работоспособностью и настроением человека.
В Японии в фирме «Сумицу» для борьбы с утомляемостью и для повышения производительности труда разработано более 20 вариантов фитокомпозиций ароматов цветов и растений. Замечено, что число ошибок у машинисток и программистов снижается:
-    при вдыхании лаванды – на 20%
-    при вдыхании жасмина – на 30%
-    при вдыхании лимона – на 50%

* Аромат ***лаванды и розмарина*** – действует успокаивающе  и устраняет состояние стресса.
* Запах ***лимона и эвкалипта*** – возбуждает нервную систему и повышает работоспособность.
* Эфирное масло ***чабреца*** – успокаивает.
* ***Мята*** – снимает головную боль и  тошноту.
* Длительное вдыхание ***лаванды, ромашки, валерьяны, тимьяна, фенхеля и мелиссы*** – обеспечивает снотворный эффект.
* Эфирные масла ***базилика, кориандра, дягиля, цедры лимона, майорана, петрушки, эвкалипта*** – тонизирует.
* Запах ***вербены*** – успокаивает перевозбужденную нервную систему у гиперактивных детей.
* Запах настойки ***ивы*** – приводит в состояние равновесия нервную систему.
* Запах настойки ***остролиста*** – уменьшает злобность, агрессивность.

Чтобы проверить действие настойки – несколько капель втереть в виски и в область щитовидной железы. При положительной реакции наступает приятное чувство расслабления мышц.

Аромотерапию применяют в сочетании с музыкотерапией. Сеанс продолжается  **20-30 мин**. Курс лечения от **10** до **20 сеансов**. Он показан для ослабленных, угнетенных, или наоборот, перевозбужденных детей.

  **МУЗЫКОТЕРАПИЯ**


***Музыкотерапия*** – это воздействие музыки на человека с терапевтическими целями.
Музыка способна изменить душевное и физическое состояние человека. Врачуют естественные и искусственные звуки.

Мелодии, доставляющие человеку радость, благотворно влияют на организм:

* Замедляют пульс.
* Увеличивают силу сердечных сокращений.
* Способствуют расширению сосудов.
* Нормализуют артериальное давление.
* Стимулируют пищеварение.
* Улучшают аппетит.
* Облегчает установление контакта между людьми.
* Повышают тонус коры головного мозга.
* Улучшает обмен веществ.
* Стимулируют дыхание и кровообращение.
* Усиливают внимание.

Музыка действует избирательно, в зависимости:

1. от характера произведения,
2. от инструмента, на котором исполняется (игра на флейте влияет на кровообращение, флейта – расслабляет)

Самый большой эффект от музыки – *профилактика и лечение нервно-психических заболеваний.* (В Библии рассказывается о том, что игра на арфе уберегла от приступов безумия царя Саула)

***Рецептивная музыкотерапия (пассивная)*** существует в двух видах:

* **музыкопсихотерапия** – решает задачи нормализации психоэмоционального состояния. Может проходить в различных формах – 1) «музыкальный сон» с последующей беседой и анализом образов (Что «снилось»?); 2) музыкально-образная медитация
* **музыкосоматотерапия** – лечебное воздействие музыки  непосредственно на тело человека. Воздействие осуществляется в процессе прослушивания специально созданных аудиомузыкальных  программ («Антистрессовая», «Бронхиальная астма», которые помогают в лечении  соматических заболеваний.

***Активная музыкотерапия*** – активное включение ребенка  в музыкотерапевтический процесс.
Включает следующие виды:

* вокалотерапия – пение (коррекция психоэмоционального состояния, лечебно-оздоровительное воздействие) – обучение основам нижнереберно-диафрагмального дыхания
* кинезитерапия – танцетерапия, хореотерапия, коррекционная ритмика, психогимнастика.
* инструментальная музыкотерапия – игра на музыкальных инструментах

***Интегративная музыкотериапия*** – интеграция физиологии, рефлексотерапии и музыкознания – синтез музыкального и зрительного восприятия:

* музыкоцветотерапия
* музыкоизотерапия – восприятие произведений изобразительного искусства под музыку или изображение музыки в рисунке.

На некоторых людей музыка влияет более остро, чем слово. Музыка *Баха, Моцарта, Бетховена* оказывает антистрессовое воздействие.

Громкая музыка с подчеркнутыми ритмами ударных инструментов вредна для слуха и для нервной системы. Она

* подавляет нервную систему,
* увеличивает содержание адреналина в крови

**Наибольшим возбуждающим воздействием обладает**

* музыка Вагнера
* оперетты Оффенбаха
* «Болеро» Равеля
* «Весна священная» Стравинского
* «Каприз № 24» Никколо Паганини

Это связано с нарастающим ритмом. Эти мелодии должны использоваться в работе с вялыми, паретичными детьми.

**Успокаивающее, уравновешивающее действие на нервную систему оказывают:**

* музыка Франсиса Гойи
* «Времена года» Чайковского
* «Лунная соната» Бетховена
* фонограмма пения птиц

**Бесшумная обстановка** отрицательно влияет на психику человека, поскольку абсолютная тишина не является для него привычным окружающим фоном.

Восприятие музыки не требует предварительной подготовки и доступно детям самого раннего возраста.

**Цель занятий** с использованием музыкотерапии – создание положительного эмоционального фона реабилитации:
-    снятие фактора тревожности
-    стимуляция двигательных функций
-    развитие и коррекция сенсорных процессов (ощущений, восприятия, представлений) и сенсорных способностей
-    растормаживание речевой функции
-    развитие чувства ритма, темпа, времени
-    развитие мыслительных способностей и фантазии
-    развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков
-    нормализация просодической стороны речи

**Музыкальная ритмика используется при лечении**

* тиков
* заикания
* нарушений координации
* расторможенности
* моторных стереотипов
* дыхательных нарушений (в т.ч. и речевого выдоха)
* брадилалии и тахилалии

**Особенности использования:**

-    громкость звучания музыки должна быть строго дозирована (не громко, но и не тихо)
-    использовать для прослушивания следует те произведения, которые  нравятся всем детям
-    лучше использовать музыкальные пьесы, знакомые детям (не должны отвлекать внимание новизной)
-    продолжительность прослушивания должна составлять не более 10 минут одновременно

 **ХРОМОТЕРАПИЯ**

***Хромотерапия*** – терапевтическое воздействие цвета на организм человека.

Помимо зрительных образов глаз выполняет функцию восприятия световой энергии и цветовых эффектов. Изменяя световой и цветовой режимы, можно воздействовать на функции:
- вегетативной нервной системы
- эндокринных желез

 **Синий цвет:**

* оказывает успокаивающее воздействие,
* расслабляет,
* снимает спазмы,
* уменьшает головные боли,
* понижает аппетит,
* стимулирует умственную деятельность.

 **Голубой цвет:**

* оказывает тормозящее действие при психическом возбуждении.

 **Фиолетовый цвет:**

* угнетает психические и физиологические процессы,
* снижает настроение.

 **Красный цвет:**

* активизирует,
* повышает физическую работоспособность,
* вызывает ощущение теплоты,
* стимулирует психические процессы.

 **Зеленый цвет:**

* успокаивает,
* создает хорошее настроение (поэтому люди любят зеленый лес, луг, зеленовато-голубую воду),
* повышает защитные силы организма, способствует угасанию воспалений, стимулирует зрение.

 **Розовый цвет:**

* тонизирующее воздействие.

 **Желтый цвет:**

* вызывает чувство покоя,
* нейтрализует негативные действия.

 **ЛИТОТЕРАПИЯ**

***Литотерапия*** – терапевтическое воздействие камней (минералов) на организм человека.

Современная фармакология использует для приготовления различных лекарств более 50 различных минералов. Считается, что минералы  координируют  циркуляторную  систему сосудов и деятельность мозга.

**Авантюрин** – уравновешивает эмоции, сохраняет радостное настроение, ясность ума.

**Аквамарин** – снимает стрессовое состояние, устраняет фобии.

**Александрит** – успокаивает, способствует открытости, общению.

**Алмаз** – улучшает функции мозга, усиливает энергетику абстрактного мышления, увеличивает контактность.

**Аметист** – снимает головную боль, бессонницу, укрепляет эндокринную систему, увеличивает активность правого полушария мозга.

**Бирюза** – уравновешивает эмоции, укрепляет чувство взаимопонимания.

**Жемчуг** – укрепляет память, приносит покой и умиротворение.

**Изумруд** – устраняет аффекты.

**Кораллы** – укрепляют память, избавляют от тиков, контролируют эмоции.

**Лазурит** – улучшает остроту зрения, уменьшает боли.

**Малахит** – стимулирует работу сердца, кровеносных сосудов, легких

**Нефрит** – стимулирует работу почек.

**Опал** – усиливает чувство интуиции.

**Сапфир** – помогает при лечении диабета, нарушений костной системы, избавляет от бессонницы.

**Сердолик** – укрепляет зубы, стимулирует речь.

**Топаз** – влияет на щитовидную железу.

**Хрусталь** – улучшает кровь, стимулирует гипофиз и эпифиз.

**Янтарь** – стимулирует нервную систему, улучшает дыхательную систему, повышает гемоглобин в крови.

 **ИМАГОТЕРАПИЯ**

Основана на театрализации  психотерапевтического процесса – образе:

* использование пересказа драматического произведения, переход рассказа в заранее запланированный диалог между взрослым и ребенком, развивающий ситуацию

***Куклотерапия*** - (один из видов имаготерапии)

Основана на идентификации с образом любимого героя (сказки, мультфильма, игрушки)
Используется

* при нарушениях поведения,
* при страхах,
* при нарушении коммуникативной сферы

**Технология проведения:**

•    с персонажем разыгрывается  в лицах в «режиссерской игре» история, связанная  с травмирующей ребенка ситуацией
•    инсценирование рассказа должно захватить ребенка, вызывать в нем яркие положительные эмоции
•    сюжет строится по «нарастающей», заканчивается бурными эмоциональными реакциями (смех, плач), снятием напряжения

***Образно-ролевая драмтерапия*** – реконструкция поведенческой реакции при разыгрывании специально подобранного сюжета.

***Психодрама*** – дети играют не готовые роли, а импровизируют под руководством педагога
Либропсихотерапия – лечебное чтение, библиотерапия – лечение через книгу (специально подобранные произведения)

***Сказкотерапия*** – психокоррекция средствами сказки – основана на притягательности для детей сказки как вида произведения, позволяющего мечтать, фантазировать.