**Кабинет психологической разгрузки**

Кабинет психологической разгрузки – это специально оборудованная комната, в которой проводятся групповые и индивидуальные занятия, направленные на снятие стресса и расслабления.

В кабинете психологической разгрузки размещено уникальное или специальное, сделанное собственными руками, оборудование, позволяющее психологу мягко работать со своими подопечными, проводить профилактику  и коррекцию психоэмоционального напряжения.

Занятие имеют цель – помочь обрести личную гармонию и гармонию с окружающим миром, восстановить душевное равновесие, укрепить нервную систему.

Основное оборудование кабинета включает в себя аудиовизуальное оборудование - декоративные световые столы, позиционное оборудование - бескаркасную мебель – маты и подушки, оборудование и панели, развивающие сенсорные ощущения – мячи-гиганты, массажные мелкие предметы.

Для музыкального сопровождения есть музыкальный центр и компьютер со стерео колонками. На занятиях могут использоваться диски с классическими спокойными произведениями, медитативной музыкой, звуками природы (капли дождя, звуки моря, звуки леса, пение птиц и крики дельфинов), колокольным звоном.