

МБОУ Академический лицей г. Томска им. Г.А.Псахье

Тема проекта: «Душистая симфония жизни»

Автор : Огинская Екатерина

Класс: 9 ита

Руководитель: Хоменко Тамара Яковлевна

Предмет: биология

Цель: изучить влияние запаха на психофизическое состояние человека.

Задачи:

- исследование влияния ароматов на психофизическое состояние человека,
- проведение анализа результатов исследования

Гипотеза: предположить, что запахи оказывают эмоциональное воздействие на человека.

Предмет исследования:

Эмоциональное состояние человек и его зависимость от ароматов.

Виталий Бианки однажды сказал: «Ничего вы не понимаете в носсах!». Что же он имел в виду? Многие писатели и поэты обращались к данной части тела. У Николая Васильевича Гоголя есть рассказ «Нос», у немецкого писателя Вильгельма Гауфа написана сказка «Карлик нос», у Виталия Бианки сказка «Чей нос лучше», а Н.А.Некрасов написал целую поэму «Мороз Красный Нос». Нос определяет доминирующую черту внешности человека и по нему дают прозвище человеку: «носатый», «курносый», «безносый». Фамилии в старину и то давали по прозвищу: Носоновы, Горбоносовы, Кривоносовы, Курносовы. Почему такое внимание к носу? С носом связан не только внешний облик лица человека, нос представляет собой своеобразный физический прибор, улавливающий запахи. Внимание к носу связано и с появлением особой науки об измерении остроты обоняния - ольфактометрии.

Обоняние – весьма загадочное и древнейшее чувство. Именно обоняние обеспечивало живым существам питание и размножение. Например, при встрече животное мгновенно и безошибочно ответит на вопрос: кто ты, друг или враг? Почти все сухопутные хищники, будь то лев, тигр, волк, прежде чем начать охоту, долго принимают, определяя, как давно побывала здесь их потенциальная жертва, стоит ли ее преследовать, куда она направилась и каковы были ее намерения, но прежде всего кто она. Впрочем, и миролюбивых животных природа не обделила хорошим обонянием. Олени, зайцы способны заблаговременно обнаружить приближение хищника еще до того, как его увидят.

Японские ученые провели интереснейший эксперимент. Синтезировали вещество с неизвестным доселе запахом и предложили его двум группам людей: одна группа имела хорошее настроение, а другая - плохое. А причина этого была в том, что первая группа людей ощутила приятный запах, а другая – неприятный.

У человека отсутствует абстрактное представление о запахах. Мы не можем охарактеризовать запах, не называя предмет, которому он свойствен. Давно

известно, что обонятельный импульс доходит до мозга намного быстрее, чем болевой и что в человеческом мозге отделы, которые обеспечивают восприятие запахов, тесно связаны с зонами, ответственными за возникновение эмоций.

Ароматерапия – это использование летучих веществ, эфирных масел для физического и психологического оздоровления. Ароматерапия улучшает циркуляцию крови, уравнивает процессы, протекающие в организме, и тем самым повышает его сопротивляемость вредным внешним воздействиям. С целью выяснения влияния ароматов на психофизическое состояние человека был проведён эксперимент – ароматизация воздуха в классном кабинете с последующим опросом учащихся. В эксперименте приняли участие учащиеся 9-10 классов, всего 46 человека. Для ароматизации использовались две смеси: гармонизирующую и освежающую. Перед ароматизацией, помещение кабинета проветривалось в течение 10 минут. Ароматизация кабинета проводилась также в течение 10 минут. Эксперимент проводили в течение учебной недели. После проведения эксперимента я проводила опрос по анкете «Влияние ароматов на психофизическое состояние школьников», вопросы которой разработала сама, исходя из поставленной цели работы.

В анкетировании приняло участие 46 человек

1. Ощутили ли вы необычный запах в кабинете?
2. Какой это запах?
3. Нравится ли вам этот запах?
4. Как влияет на вас запах?
5. С чем у вас ассоциируется аромат?
6. Какое у вас было настроение до того, как зашли в класс?
7. Изменилось ли ваше состояние и как?
8. Хотели бы вы всегда ощущать данный запах в рабочей обстановке?

Исследование показали, что каждый человек индивидуален в восприятии запаха и обязательно найдется тот аромат, который улучшит его психическое и физическое состояние.

Рекомендации:

Советуем каждому человеку прислушаться к самому себе, почувствовать какой аромат подходит ему и использовать его как помощника улучшить свое состояние.

Список литературы:

1. Каспаров Г. Н. Основы производства парфюмерии и косметики. – М.: «Евразийский регион», 1988
2. Терехин Э., Федоров Р. Для кого пахнут цветы? - Тула: Арктоус, 1997
3. Ресурсы Internet