Департамент по труду и социальной защите населения Костромской области

Областное государственное бюджетное учреждение «Центр социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов по г. Костроме»

Ресурсно-методическое отделение

Методическая разработка

**«Друидотерапия»**

****

Кострома

2016

С древнейших времен существует идея о том, что между человеком и деревом есть особые биоэнеогетическиеотношения. Считается, что каждый вид деревьев обладает собственным, присущим только ему биополем, которым человек может воспользоваться для пополнения запасов своей биоэнергетики. Разные деревья действуют на человека по-разному: взбадривают и успокаивают, исцеляют, дают силы, позволяют забыться, но ни одно из них не способно нанести вред человеку.

**Друидотерапия** – одна из методик традиционной медицины, в которой для лечебных и профилактических целей используются стволы и фрагменты деревьев. Эта технология подразумевает использование в лечебных целях не только какого-либо одного дерева (или его фрагмента), но и всевоз­можных сочетаний, соединений раз­личных древесных пород, вплоть до специальных приспособлений.

**Цель:**Улучшение положительного, эмоционального состояния, расширение познавательной сферы у пожилого человека, усиление, снятие стрессов.

**Задачи:**

1. овладение приемам расслабления мышц;
2. восстановление и мобилизация ресурсов организма;
3. избавление от повышенной возбудимости, переутомления, тревожности.

**Целевая аудитория:** получатели социальных услуг отделений социального обслуживания населения.

Форма проведения –индивидуальная, групповая.

**Формы технологии «друидотерапия»:**

* лекция;
* беседа;
* дискуссия;
* игра;
* просмотр видеоматериала.

**Методы технологии «друидотерапии»:**

**1.В лесу:**

* Следует найти небольшой пенек хвойного дерева, желательно недавнего среза, и сделать в нем около двадцати отверстий. Затем нарезать свежих веточек дуба или березы (десять березовых веточек, десять дубовых) и заполнить ими отверстия в пеньке. После этого обрезать веточки вровень с пеньком и вылить на него ведро холодной воды, лучше родниковой. Создать пеньку тень и дать ему просохнуть. Сидеть на таком пеньке следует по 2–3 часа в день. Сам пенек будет вытягивать отрицательную энергию, а веточки березы и дуба – ее восполняют.

Этот метод нормализует давление, снимает головные боли, помогает при геморрое, артритах, а также при различных опухолевых заболеваниях. Важно помнить, что один пенек можно использовать не дольше трех лет.

* Существует второй способ лечения деревом в лесу, это непосредственный биоконтакт человека с природной материей, в этом случае следуетприслониться к дереву больным местом. (20 мин).

**2. В домашних условиях:**

* прикладывать деревянную плашку (толщиной 1-2 см, длиной -5-8см) в больному месту, которую желательно менять один раз в год или полгода;
* делать отвары из почек, коры и т.д.;
* делать массаж мелкими деревянными палочками, деревянными шариками, роликами и т. д.:

 -надавливать наиболее болезненную из найденных точек до терпимой боли;

-вибрирующим движением массировать ее в течение 1–2 минут по часовой стрелке и против часовой стрелки, при этом нажимать на деревянный предмет немного сильнее.

* аппликация деревом – прикладывать к больному месту фрагменты дерева и фиксировать их при помощи лейкопластыря.

Время аппликации деревом колеблется от нескольких часов до суток. На аппликацию можно дополнительно надавливать (с периодичностью один-два раза в час по 3–5 минут). Если необходимо продолжить лечение, через сутки деревянные фрагменты заменяют на новые, и процедура повторяется.

**Алгоритм внедрения технологии:**

1.провести анкетирование среди получателей социальных услуг;

2.разработать перспективный план;

3.подготовиться и провести занятие;

4.оформить отчетные документы.

**Советы сотрудникам комплексных центров социального**

**обслуживания населения:**

*Какие существуют виды деревьев?*

1. Доноры (клен, береза, дуб, кедр, сосна, акация, рябина):
* вокруг этого дерева нет других деревьев;
* направленная на дерево ладонь на расстоянии 1,5–2 метров ладонь ощущает тепло, покалывание.
1. Биовампирпы (осина, тополь, ива, черемуха, ель, каштан). Такие энергозабирающие деревья помогают избавиться от боли, забрав ее часть.
* направленная на дерево ладонь чувствует легкий охлаждающий ветерок на коже.

*Как определить расположение дерева к человеку?*

1. Провести тестирование при помощи фольги (шириной 2–5 мм и длиной 10–12 мм):

* потереть ее рукой и поднести ее к дереву. Если фольга прилипнет к дереву – оно расположено к контакту с человеком. Если нет – с этим деревом общаться не стоит.

2. Есть более точный и надежный способ – биолокационная рамка. Рамку можно сделать из ивовых прутьев или легкого металла. Поднесите ее к дереву. Если она останется неподвижной – значит, сделан правильный выбор. Если начнет вращаться – это дерево человеку не подходит.

*Правила проведениябиосеансас деревом по «друидотерапии»:*

1.Поставить цель.

1.Выбрать дерево.

2.Подойти не торопясь к нему.

3.Положить руки на ствол.

4.Погладить ствол дерева снизу-вверх.

5.Попросить дерево о помощи («Название дерева, заряди меня своим биополем, дай силы и здоровья».

6.Отойдя от дерева, не забудьте поблагодарить его и попрощаться с ним.

7.Время -3-5 мин.

Таким образом, данная технология является одним из способов психо-эмоционального и физического оздоровления. Ее реализация не требует от специалиста специальной подготовки, особых оборудованных мест и дополнительных экономических вложений.

Технология «друидотерапия» рекомендуется к внедрению среди комплексных центров социального обслуживания населения Костромской области.

Литература:

1.[Универсальный метод лечения | Друидопунктурная...](http://www.yandex.ru/clck/jsredir?from=www.yandex.ru%3Bsearch%2F%3Bweb%3B%3B&text=&etext=1057.9PMBD4FAZ_sjW2r8B7lTCZtnJMo5_we6OXh09AqDHCLa6szohyZhWLfRPvuiVMaTwnZVPhrR0Kq1fI2rH3KAvfWiFxR7fa8mvhc7hdKpgUs.6a6e1fc5949ef25894e639d294223b27827ec927&uuid=&state=PEtFfuTeVD5kpHnK9lio9Zc_DIZZ0dKubMH5SlV3e2pxP4XEzyw1aQ&data=UlNrNmk5WktYejR0eWJFYk1Ldmtxb0J0VnIweFlPR0pHSjNtWE5HQjhJc2p5YlB4QU9vMnNfdGZXYXlXVjdXdnM0aTdVMldhVVBQdVdxWE8xeC10NDE1UWJLak1DaEo5NDl3NWxiRmZNMzFhZ0FJTFBUczcyR1pCWkV6ZXB1YXVzUENIMzFER19ab1pGbFp2aUYxTnlQVVI4S3hQSDhhWg&b64e=2&sign=ae883505f303885f872504467ab72dc6&keyno=0&cst=AiuY0DBWFJ5eVd_Onia6xj2uqOi4KCEOP8kUH1qEZB9roUJHFrCOhZMgM54zwm-OOM10RKcrG6Xhsky3tA0MJDvxcFr4MW36soIktmmBrUVVJZpBXi7kAecuRiLphPgEpFmZzE6nqEfi-PcIb8ue9i_sZSgTBb5B0pqRmyxIxZRTUA26Z04aZMzQzNaz6mWVrPwsGoNPzEEKsKfKkk0t1dEuEeFPdhqJ90hL_jlUtYLUZp8EbCCCIOfszgYrfrBtGIRkG4an1ZwKAu-Nh_rqcVLiaiDsd53qxRxaVS04yBqVhZmDg9YxNYBSOaBf48zIK400MohtnkjuRGRP1S6IiFuEY47UIKygFACkNOJi8hP-7rgvbXkRVVI7dWLF5OaR0dcavh_WqV8rgGxGaulvw837hKsN8Q09tKioMw1bj7zhBVsZtUlS1981jjfY7nPbCbRyvyxBgJKtkk_bVdifEWspU-SY_hH2R3FM7aPZIVISuiik5mYhDjZ7AI_0YxBP&ref=orjY4mGPRjlSKyJlbRuxUg7kv3-HD3rXiQ-DH1jvD7fk2y2Cjbs2Tgk9jnKuPErbAM5dp9MF--rJmnWaKXOtn4RhGnwiJS3JbVkvmDhzu6oFOIbRjsn5xgEN1cE_1KcVJu-d7Mu0Q1bQtD0vDHKySc-MVzRvWEm9XZ7OHn_tdxp8O5f1EmpLN2dRZwv_Dgf4JLfIgf0U635U9Uloduv3fAHWbwfh0OlkrzVD43azHbCPU5sN9TCGoMDMbQV_BxVkgtmU8A7qR6Ocyb1GAZi0NZNP5eRw7mpzqnKSnCTiVgTmJ0zVaM9o6xMCafX5QWJ02x9UOWTzCKVMoJM5-aZxrVunKbX--d1zbSv1CEEgdSsTrNZS01GgFs6r6iGGktTcA_wmZsc6yuIEvS0SWH0THJkOIg6w1_6MEuMIwcanNf1ectcNfvj0iMlwA1U3GrvKem-ghDsbuS9D_Co-XXrycMQlxqN6DqfBy90ISeLhyqg&l10n=ru&cts=1463470833182&mc=5.240459960189978) - [Электронный ресурс] - режимдоступа: [druidopunktura.ru](http://druidopunktura.ru/)›[content/universalnyy-metod…](http://druidopunktura.ru/content/universalnyy-metod-lecheniya)- (Дата обращения 17.05.2016г.)

2.[Общение с деревьями, ДРУИДОТЕРАПИЯ | Записи...](http://www.yandex.ru/clck/jsredir?from=www.yandex.ru%3Bsearch%2F%3Bweb%3B%3B&text=&etext=1057.G8gBmTf76szsmhjvHMzP5luhee46GnUQnEURwmZ-EJbrYfBsFMfJtfF69WozWvMeSm7JodgWpOyiByOJEUOnFkOC2pcF6bKtAS4G1CrKycY.d8755e8994a5a86802d6539291a81a80d2e57086&uuid=&state=PEtFfuTeVD5kpHnK9lio9cDX5zbL1IFumtY931_XQuenIN7-4wMETQ&data=UlNrNmk5WktYejR0eWJFYk1Ldmtxb1N5NnAwYkxRczRwbHVZRnBVM2VNVVVhb29WeGppeVQ0UHB0SHVaU3VvWW1oMjNldElra1c4Rl80VjFCWUZON2VSRWU3VUhYMEk3WGNQSEpzSDI2NC16VmdYOF9jUDNZeHJMQXRaZWZjY05ac1ZHM2F4QVk0bTNTUEZXRS1mN0xmZGd0eGZ4ZU1VVTM4cUZHWkk5Y0lr&b64e=2&sign=460d8694b0461d8b5f6b118b90135d38&keyno=0&cst=AiuY0DBWFJ5eVd_Onia6xj2uqOi4KCEOP8kUH1qEZB9roUJHFrCOhZMgM54zwm-OOM10RKcrG6Xhsky3tA0MJDvxcFr4MW36soIktmmBrUVVJZpBXi7kAecuRiLphPgEpFmZzE6nqEfi-PcIb8ue9i_sZSgTBb5B0pqRmyxIxZRTUA26Z04aZMzQzNaz6mWVrPwsGoNPzEEKsKfKkk0t1dEuEeFPdhqJ90hL_jlUtYLUZp8EbCCCIOfszgYrfrBtGIRkG4an1ZwKAu-Nh_rqcVLiaiDsd53qxRxaVS04yBqVhZmDg9YxNYBSOaBf48zIK400MohtnkjuRGRP1S6IiFuEY47UIKygFACkNOJi8hP-7rgvbXkRVVI7dWLF5OaR0dcavh_WqV8rgGxGaulvw837hKsN8Q09tKioMw1bj7zhBVsZtUlS12yVt0W0iSgrbqU7Y0IJiDPH97OdIVxFx2TCgmaiBkpsvvvVjFKFJoxjq593iAOpPdv9KZfahCKo&ref=orjY4mGPRjlSKyJlbRuxUg7kv3-HD3rXiQ-DH1jvD7fk2y2Cjbs2Tgk9jnKuPErbAM5dp9MF--rJmnWaKXOtn4RhGnwiJS3JbVkvmDhzu6oFOIbRjsn5xgEN1cE_1KcVJu-d7Mu0Q1bQtD0vDHKySc-MVzRvWEm9XZ7OHn_tdxp8O5f1EmpLN2dRZwv_Dgf4JLfIgf0U635U9Uloduv3fAHWbwfh0OlkrzVD43azHbCPU5sN9TCGoMDMbQV_BxVkgtmU8A7qR6MhWc0PBy7urTan7dF_YLh9GbjwOdrmY7eC-JYOv5TdYy7CGRtkmKlRvyaYovEgjPzJf3TiUhbyexFIvdkH-m4agxxTHXf1hxUNbsVDYVhPLjF_gFwKKwYazkT4g67VHAMytYIOuSjOK2zANiTQrGb9aHSvwbFc1fgTv6F-s5DfBUfL3j31WEYFeO-TOcgkp7oTdGLb1b3RPECaQqr35vIaJCDFJ2nCJ4o&l10n=ru&cts=1463471443853&mc=5.224270381462517)- [Электронный ресурс] - режимдоступа:[liveinternet.ru](http://www.liveinternet.ru/)›[users/4652854/rubric/3147562/…](http://www.liveinternet.ru/users/4652854/rubric/3147562/page7.html%22%20%5Ct%20%22_blank)(Дата обращения 17.05.2016г.)

3.[Золотые рецепты друидов](http://www.yandex.ru/clck/jsredir?from=www.yandex.ru%3Bsearch%2F%3Bweb%3B%3B&text=&etext=1057.XP4qhjWBUpeXnDwghFgZXGoH0qdCj1EvrgABvD1ekMGKydFkPDmX72O2wfquWLxEnu4cuTAta10kj_5Vghb1D6tgl9TvY-LLLJJWdMSxiSU.7cbfb5d75b74e563744591b5d4ab92aff1d9ac85&uuid=&state=PEtFfuTeVD5kpHnK9lio9cDX5zbL1IFumtY931_XQuenIN7-4wMETQ&data=UlNrNmk5WktYejR0eWJFYk1LdmtxczV1bmZ2LWJuWm9kZ1dMYTdNUXdwU0FPdjJ3NVp6Mzg3STRiMGtrZ1ExYjdNTUZMOGtGZ25PN0N6TUlST1l0M0cta2tyb203YUFHWTh5bEFCOWgwLU1BWC1yY19hamhKRVNfdmRTTFQ5UExaR0hjMGVJaGJleUJXRDJjMzcxdTZR&b64e=2&sign=7c14dd6755b1dfa30f4bf9500a8a63d3&keyno=0&cst=AiuY0DBWFJ5eVd_Onia6xj2uqOi4KCEOP8kUH1qEZB9roUJHFrCOhZMgM54zwm-OOM10RKcrG6Xhsky3tA0MJDvxcFr4MW36soIktmmBrUVVJZpBXi7kAecuRiLphPgEpFmZzE6nqEfi-PcIb8ue9i_sZSgTBb5B0pqRmyxIxZRTUA26Z04aZMzQzNaz6mWVrPwsGoNPzEEKsKfKkk0t1dEuEeFPdhqJ90hL_jlUtYLUZp8EbCCCIOfszgYrfrBtGIRkG4an1ZwKAu-Nh_rqcVLiaiDsd53qxRxaVS04yBqVhZmDg9YxNYBSOaBf48zIK400MohtnkjuRGRP1S6IiFuEY47UIKygFACkNOJi8hP-7rgvbXkRVVI7dWLF5OaR0dcavh_WqV8rgGxGaulvw837hKsN8Q09tKioMw1bj7zhBVsZtUlS1wWWKPiLRkaUUsrJlTdcDZ1B3eVGntCJfvve1ulo__gJY8LkcUB5ixAZP3z-At0j0etZpXlaHBsF&ref=orjY4mGPRjlSKyJlbRuxUg7kv3-HD3rXiQ-DH1jvD7fk2y2Cjbs2Tgk9jnKuPErbAM5dp9MF--rJmnWaKXOtn4RhGnwiJS3JbVkvmDhzu6oFOIbRjsn5xgEN1cE_1KcVJu-d7Mu0Q1bQtD0vDHKySc-MVzRvWEm9XZ7OHn_tdxp8O5f1EmpLN2dRZwv_Dgf4JLfIgf0U635U9Uloduv3fAHWbwfh0OlkrzVD43azHbCPU5sN9TCGoMDMbQV_BxVkgtmU8A7qR6Meo3eqR2xIA1TuqVH-P72T0k2R5xdN9Ye34E9rBzmaafkVAISvrp-b7SOlU3xy92320vFGchOrT4G3LXS1hUwwkKn4cbCTaqoTpajzVnaForWPpKqIVH3tzRqHC-IFhkl6MYpt9K3RGO76sHsOjms97RYL1_09gh3675KEOdppiuzBVF9W_1D-gR0WD8vLR4_zzkWaEHpJdI2e-HqEQmltiHgtN9MX-TQ&l10n=ru&cts=1463471898877&mc=5.3802951904727605)-[Электронный ресурс] - режимдоступа[view.php?book=132611&page=8](http://www.yandex.ru/clck/jsredir?from=www.yandex.ru%3Bsearch%2F%3Bweb%3B%3B&text=&etext=1057.XP4qhjWBUpeXnDwghFgZXGoH0qdCj1EvrgABvD1ekMGKydFkPDmX72O2wfquWLxEnu4cuTAta10kj_5Vghb1D6tgl9TvY-LLLJJWdMSxiSU.7cbfb5d75b74e563744591b5d4ab92aff1d9ac85&uuid=&state=PEtFfuTeVD4jaxywoSUvtLjunXnJhybzimQaMFJHE2lbMpju02yY0LBRzasouZN7&data=UlNrNmk5WktYejR0eWJFYk1LdmtxczV1bmZ2LWJuWm9kZ1dMYTdNUXdwU0FPdjJ3NVp6Mzg3STRiMGtrZ1ExYjdNTUZMOGtGZ25PN0N6TUlST1l0M0cta2tyb203YUFHWTh5bEFCOWgwLU1BWC1yY19hamhKRVNfdmRTTFQ5UExaR0hjMGVJaGJleUJXRDJjMzcxdTZR&b64e=2&sign=198e3962c463d479f9e5496d9ea096e2&keyno=0&cst=AiuY0DBWFJ5eVd_Onia6xj2uqOi4KCEOP8kUH1qEZB9roUJHFrCOhZMgM54zwm-OOM10RKcrG6Xhsky3tA0MJDvxcFr4MW36soIktmmBrUVVJZpBXi7kAecuRiLphPgEpFmZzE6nqEfi-PcIb8ue9i_sZSgTBb5B0pqRmyxIxZRTUA26Z04aZMzQzNaz6mWVrPwsGoNPzEEKsKfKkk0t1dEuEeFPdhqJ90hL_jlUtYLUZp8EbCCCIOfszgYrfrBtGIRkG4an1ZwKAu-Nh_rqcVLiaiDsd53qxRxaVS04yBqVhZmDg9YxNYBSOaBf48zIK400MohtnkjuRGRP1S6IiFuEY47UIKygFACkNOJi8hP-7rgvbXkRVVI7dWLF5OaR0dcavh_WqV8rgGxGaulvw837hKsN8Q09tKioMw1bj7zhBVsZtUlS1wWWKPiLRkaUUsrJlTdcDZ1B3eVGntCJfvve1ulo__gJY8LkcUB5ixAZP3z-At0j0etZpXlaHBsF&ref=orjY4mGPRjlSKyJlbRuxUg7kv3-HD3rXiQ-DH1jvD7fk2y2Cjbs2Tgk9jnKuPErbAM5dp9MF--rJmnWaKXOtn4RhGnwiJS3JbVkvmDhzu6oFOIbRjsn5xgEN1cE_1KcVJu-d7Mu0Q1bQtD0vDHKySc-MVzRvWEm9XZ7OHn_tdxp8O5f1EmpLN2dRZwv_Dgf4JLfIgf0U635U9Uloduv3fAHWbwfh0OlkrzVD43azHbCPU5sN9TCGoMDMbQV_BxVkgtmU8A7qR6Meo3eqR2xIA1TuqVH-P72T0k2R5xdN9Ye34E9rBzmaafkVAISvrp-b7SOlU3xy92320vFGchOrT4G3LXS1hUwwkKn4cbCTaqoTpajzVnaForWPpKqIVH3tzRqHC-IFhkl6MYpt9K3RGO76sHsOjms97RYL1_09gh3675KEOdppiuzBVF9W_1D-gR0WD8vLR4_zzkWaEHpJdI2e-HqEQmltiHgtN9MX-TQ&l10n=ru&cts=1463471915372&mc=5.377334724871315)(Дата обращения 17.05.2016г.)

4.Путь- [Электронный ресурс] - режим доступа \_ld/0/7\_Kniga1.pdf

(Дата обращения 27.06.2016г.)