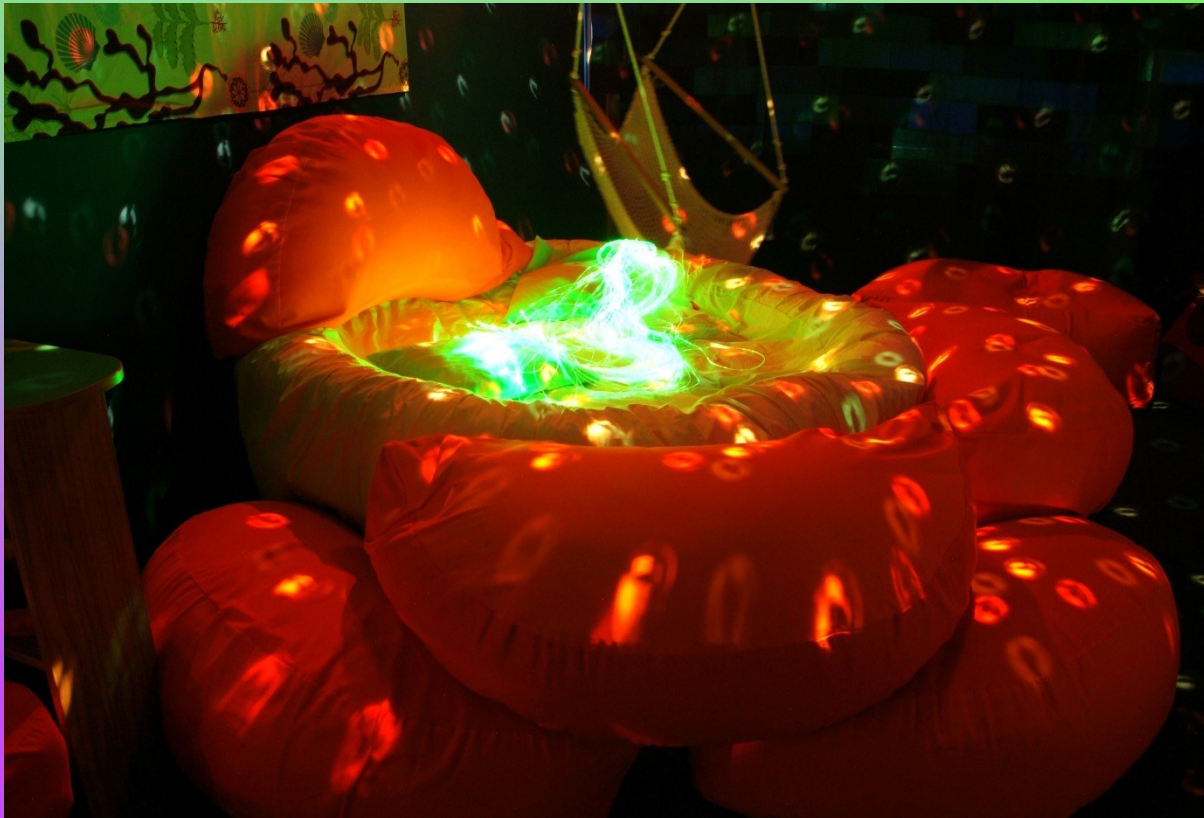


Snoezelen

Mgr. Kateřina Janků, Ph.D.



***Jaká je základní koncepce
Snoezelenu?***

***Jak bychom mohli Snoezelen
definovat?***

Koncept Snoezelen zahrnuje:

„ ...prostředí, které vytváří pocit pohody, uvolnění, zklidnění, ale také aktivizuje, stimuluje a probouzí zájem, řídí a klasifikuje podněty, vyvolává vzpomínky, organizuje komplexní rozvoj osobnosti, snižuje pocit strachu, úzkosti a napětí, vyvolává pocit jistoty a bezpečí, podporuje socializaci, rozvoj vztahů a komunikaci, přináší radost. “ (ISNA)

Podstata koncepce Snoezelen

- Snoezelen je multismyslové prostředí vytvořené záměrně pro určitého uživatele, jehož cíl je vždy specificky individuální...
- Každá místnost Snoezelen koncentruje obrovské množství vjemů na úzkém prostoru...
- Každá místnost by měla být „kouzelná, šokující, unášející“ a její koncepce by měla být založena na (zvláště emotivním) zážitku...

- Hlavní ideou koncepce je: ...vše je dovoleno, nic se nemusí...
- Cílem pobytů je vždy zpětný efekt pozitivního rázu...

„Výchozí“ pro práci s konceptem Snoezelen jsou:

- Osobní předpoklady klienta
- schopnosti a dovednosti
- životní priority
- preference, přání, touhy
- individuální potřeby
- možnosti socializace a kulturního začlenění.

Vždy se vyžaduje **přizpůsobení individuálním potřebám** člověka ze strany „průvodce“.

Současně je nutné **přizpůsobení technik a metod**, které rozvíjejí individuální dovednosti a vědomosti.

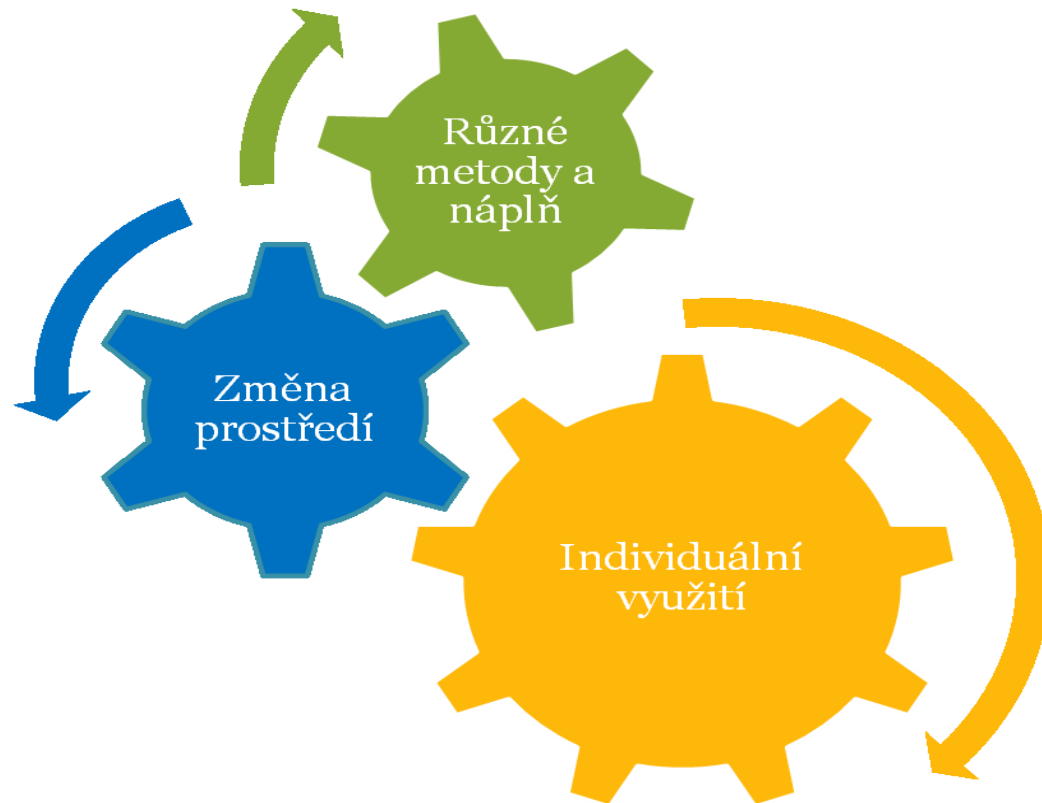
Je nutné **orientovat se plně na „klienta“** s cílem uspokojení jeho fyzických, emocionálních, psychických a duševních potřeb.

Obecně bychom mohli vyslovit myšlenku, že:

- Cíl a podstata Snoezelenu leží ve snaze **pochopit a pomoci uskutečnit** reálné potřeby, preference a přání klienta.
- Snoezelen je možné využívat jako: **terapii, volnočasovou aktivitu nebo podporu edukačního procesu!**

Důležité vlastnosti této koncepce:

- multifunkčnost
-
-



Multismyslové prostředí

je uměle vybudovaný prostor nebo pokoj:

- ve kterém je uplatňována stimulace smyslů, kterou sami řídíme, kontrolujeme a zajišťujeme, můžeme ji sami redukovat nebo rozšiřovat
- kde se podněty vyskytují v omezeném prostoru (jsou izolované od vnějšího prostředí) nebo se vyskytují integrovaně (jsou začleněny do běžného prostředí)

- který je vytvořený pro aktivní nebo pasivní stimulaci a přizpůsobený zájmům, motivaci, volnému času, relaxaci, terapeutickým nebo edukačním potřebám a cílům uživatele
- který na sebe může vázat různé druhy fyzických, psychologických či sociologických prostředků, technik a metod...

Známé druhy multismyslového prostředí:

- Bílý pokoj
- Šedý pokoj
- Tmavý pokoj
- Zvuková místnost
- Interaktivní místnost
- Vodní prostředí
- Virtuální prostředí
- Přenosné prostředí
- Proměnlivý pokoj
- Sociální prostředí
- Hybrid multismyslových prostředí

Cíle práce ve Snoezelenu záleží vždy na:

- **Klientele** - stáří, průměrný počet osob, jejich mobilita, omezení, ad.
- **Potřebách** klientů (také zohledňování osobních vyjádření a potřeb lidí, kterých se bude místnost týkat)
- **Představách personálu**, terapeutů a všech, kteří se budou na práci podílet (místnost s cílem relaxace, komunikace, socializace, muzikoterapie, stimulace smyslů, zvyšování pozornosti, ad.)
- **Podmínkách samotné místnosti** a výchozího prostředí (velikost, vhodnost, zaměření, ad.)

Zaměření koncepce Snoezelen

- Snoezelen jako terapie
- Snoezelen jako podpora edukačního procesu
- Snoezelen jako volnočasová aktivita

Snoezelen jako terapie:

- vych.z psychoterapie a spec.ped.terapií
- t. musí obsahovat jasný cíl, předem napl.organizaci, podmínky, postup a fáze
- t. musí vycházet z komplexní diagnostiky a musí být průběžně hodnocena a sledována
- vždy musí následovat zpětná vazba a evaluace
- doporučuje se spíše využívat ter.metod a prvků různých terapií

Příklady

- **podpůrné metody:**
Koncept bazální stimulace, Prenatální místnosti, Psychomorické metody, ad.
- **facilitační a rehabilitačně masážní metody:**
Bobathova metoda, míčkování, terapie objetím, Vojtova metoda, orofaciální stimulace, ad.
- **Klasické terapie:**
muzikoterapie, dramaterapie, terapie loutkou, biblioterapie, aromaterapie, arteterapie, ergoterapie, animoterapie, ad.

Snoezelen jako podpora edukace:

- Prostředek uvolnění a podpora soustředění
- Podpora seberealizace
- Snížení agresivního a autoagresivního chování
- Podpora vnímání
- Práce s emocemi
- Rozvoj komunikace
- Socializace a resocializace
- „Neutrální půda“ (nejen pro děti)

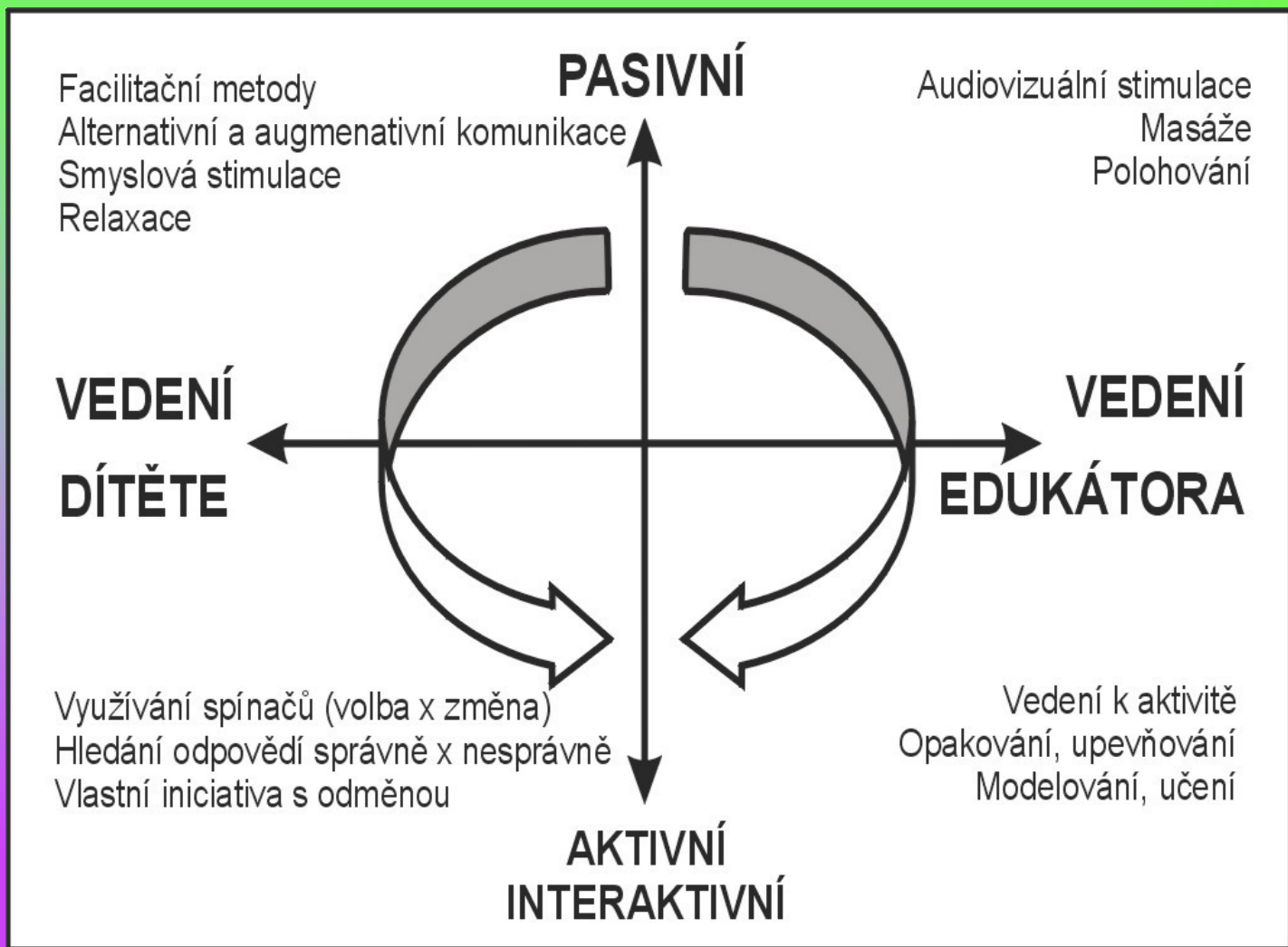
Snoezelen jako volnočasová aktivita:

- Zvláště pro osoby s těžkým a souběžným postižením více vadami (ale také pro seniory – dd, ad.)
- Dva protipóly: relaxace a aktivace (vyvolaná pasivně samotným prostředím –nemotivovaná pouze průvodcem)
- Pro uživatele je volnočasový Snoezelen „zaměstnáním“ (podporujeme svobodnou volbu činností, dostatek času a prostoru, zdůrazňujeme osobní prožitek!)

Časové a obsahové členění lekcí:

1. Stanovení cíle lekcí
2. Časové rozložení do jednotek a etap
3. (Didakticko-metodický záměr a cíl)
4. Obsah
5. Organizace, pomůcky
6. Závěr, vyhodnocení, evaluace
(souvislost se záznamovým archem!)

Př: Pedagogické strategie



Příklad realizace lekce :

- **Název: Den na pláži (nebo dny na pláži)**
- **Cíl:** Cítit se jako na pláži, všemi smysly si představovat den na pláži a znovu jej zažít ve Snoezelenu
- **Úkoly:** aktivovat představivost, paměť, fantazii i myšlení, cítit pozitivní emoce, seberealizovat se na pláži u moře
- **Pomůcky:**
Písek, mušle, mořské řasy, hvězdice (přírodní materiál), celofán, alobal a výtvarné materiály, ventilátor, pytlík pšenice, krém na opalování a aloe vera gel, houpací síť, křeslo „List“, vibrující podložka, reflektor, projektor (barevné kotouče moře, ryb, delfínů, ad.), „Soundbeam“ (pozn. : zajímavý přístroj, který používá senzorickou technologii k překlada pohybu těla na digitálně vytvořený zvuk a obraz – prozkoumejte odkazy na internetu), ovoce a zeleninu, odšťavovač, plastové ryby, bublinový válec, deka (termoizolační stříbrná folie), bílý deštník, otisky ryb, papíroví draci, zvukový systém – audio zařízení, difuzér pro aroma-terapii, kokosová esence, zmrzlina

Jak použít příběh / téma ke stimulaci různých smyslů:

Hmat - Dotek

- Vytvořte si mořské živočichy z různých materiálů a přírodnin, nasbírejte písek, mušle, mořské řasy...
- Dotýkejte se prsty suché hvězdice a některých mořských „artefaktů“, které máte nebo seženete
- Prozkoumejte vítr z ventilátoru a zkuste cítit teplo z pytlíku s pšenicí
- Udělejte si mořské řasy z pásků celofánu
- Ohřejte trochu písku a porovnejte rozdíl mezi teplým a studeným pískem a pšenicí
- Šáhněte si na horké pšeničné balíčky (nejlépe si vytvořte předem látkové sáčky)
- Zkuste si natřít opalovací krém a přivoňte si k aloe vera gelu (na sluneční spáleniny)

Pohyb (vibrace, vnímání tělem)

- Lehněte si do sítě nebo křesla „Listu“ nebo se posaďte na vibrující podložku (masáž na pláži s pískem nebo kamínky)
- Umístěte nějaký předmět do blízkosti tak, aby jej chtěli klienti chytat rukama (aktivace) – například zavěs z alobalu a modrého celofánu (nechte jej profukovat ventilátorem)
- Nastavte reflektor s kotouči (plážové motivy) na alobal tak, abyste jej více rozjasnili nebo si udělejte plážový „mobil“ za pomoci papírů a písku
- Použijte „Soundbeam“ pro zvuky vln, šplouchání, plavání, let ptáků, ad.

Zrak

- Vložte plastovou rybu do bublinkového válce a sledujte, jak se pohybuje v bublinách a vlnkách
- Do projektoru vložte barevný kotouč se surfařem nebo s mořem a rybami a pusťte si jej třeba na modrou látku
- Zvýrazněte slunce – pusťte projektorem světlo na termodeku (stříbrnou) nebo pouštějte žluté světlo do celé místnosti
- Zobrazte plážové motivy na bílý deštník (sluneční clona) (klidně můžete deštník pomalovat a nabarvit!)
- Vyzdobte si místnost otisky ryb a létajícími draky
- Nasvitte si nenamalované draky obrázky z kotoučů

Sluch

- Zmačkejte celofánové mořské řasy, poslouchejte zvuk vln, delfínů, vítr z ventilátoru, racky, plážové písně (např. Beachboys)
- Obejměte bublinový válec a přiložte k němu ucho, abyste slyšeli bublání moře
- Použijte „Soundbeam“ k vytvoření zvukové atmosféry – např., zvuky vln, zpěv ptáků
- Poslouchejte ozvěnu z mušle, nasměřujte ventilátor na mušle, aby se pohybovaly a cinkaly o sebe

Čich

- Použijte difuzér k aroma-terapii s vůni pláže – například kokosu.
- Přivoňte si ke kokosové esenci, kokosovému tělovému mléku, mořským řasám, opalovacímu krému a aloe vera gelu

Chuť

- Přineste si např. rybu, hranolky a zmrzlinu, které budete jíst a ochutnávat
- Udělejte si kokosovou zmrzlinu (důvod: uvědomte si, že někteří lidé mají problémy jíst kokos nebo jej vůbec nikdy nejedli, proto použijte zmrzlinu s esencí)
- Použijte odšťavovač a udělejte si různé druhy ovocných a zeleninových džusů nebo koktejly– například z vodního melounu, banánů, ananasu, mrkve...

Př.: Cíle využitelné u dětí s SVP

Relaxace x
Aktivace

Koncentrace
a
soustředění

Pozornost

Smyslová
stimulace

Vztahy a
socializace

Spolupráce

Komunikace

Neutrální
prostředí,
poradenství

Příklad: Pokud máme dítě s hyperaktivitou, pak zde můžeme rozvíjet a využít:

- *pozitivní posilování*
- *upoutání pozornosti*
- *možnost zaměstnání – neustálá činnost*
- *práce s časem (regulace)*
- *střídání odpočinku a aktivit*
- *posilování sebehodnocení, získání pozitivních vztahů mezi vrstevníky i učiteli...apod.*



- *JAK? za pomoci her, príkladů, využitím hudby, světél, didaktických pomůček, hraním divadla, vyprávěním, atd.*
- *např.: úvod bude vždy hudební (určité signály, tleskání, rytmizace, stejná píseň, ...)*
- *využíváme činnosti jako: práce se záhadou - „něco jsem v místnosti schovala – kde to je, k čemu to je, co je v místnosti nové a cizí? – s čím si dnes budeme hrát? ...“*
- *metody cvičení koncentrace – dokončování příběhů, hry na zrcadlo, napodobování (viz dále didaktická literatura)*

Shrnutí konceptu Snoezelen:

1. Každá místnost Snoezelen koncentruje obrovské množství vjemů na úzkém prostoru. Kvantita i kvalita senzorických podnětů může a měla by být pokaždé jiná, tzn. uplatnění podnětů záleží na individuálním využití místnosti, její techniky, pomůcek, osvětlení, zvuků, ad.

Negativem, které zde zjevně hrozí je zahlcení klienta/uživatele podněty, což může vyvolat velmi **nelibé pocity** a záporné odpovědi na naše otázky.

2. Základní myšlenkou koncepce Snoezelenu je **zážitek**. Místnost by měla být pro své uživatele „kouzelná, magická, unášející, ohromující, fascinující, šokující, tajemná, vždy trochu jiná“.

3. Snoezelen, na podkladě zážitku, kterému se člověk plně věnuje, upne na něj svou pozornost a vnímá více než obvykle, vyvolává **zkušenosti**.

Zkušeností se dítě ve svém vývoji učí, u osob se speciálními potřebami to platí nejen rovněž, ale dvojnásob.

4. Každý pobyt ve Snoezelenu musí mít vždy **individuální cíl**, který reaguje na potřeby a přání uživatele/klienta. Tento cíl musí být předem komplexně promyšlen a prodiskutován.

5. Zachovejme konceptu jednu z hlavních ideí:
„nic se nemusí – vše je dovoleno“.

Každý člověk má možnost volby a svobodného vlastního rozhodnutí co a jak ve Snoezelenu dělat, kterou činnost vybrat. Je nutné zachovat dobrý pocit z místností.

(Ovšem, myšlenka se vztahuje hlavně k výběru metod, ne k nicnedělání.)

6. Cílem pobytů – cílem terapie nebo stimulace - je tedy vždy **zpětný efekt pozitivního rázu**, vytvořený pozitivními emocemi, pohodlím, odpočinkem, uspokojením vlastních potřeb, radostí, vyrovnaností, tím, že jsme podle svých možností pokročili dále...!









Důležité informace:

- Každá „Snoezelenová“ místnost je **jiná!** (Musí být vždy vytvořena „jen“ na základě požadavků uživatele a jeho potřeb.)
- Pomůcky a technika musí být užívány velmi **uváženě** a **přiměřeně** („jen“ vzhledem k cílům a individualitě klienta).
- Velmi snadno může dojít k **přesycení stimuly** nebo jinak k přespřílišnému zahlcení podněty (podlehnout může klient i průvodce)!

Děkujeme za pozornost!