

Snoezelen- terapia senzorickej integrácie

Snoezelen v holandčine znamená driemať a čučať, čiže ide o rovnováhu relaxácie a stimulácie v príjemnej a bezpečnej atmosfére. Ľudia s mentálnym postihnutím majú narušené aj zmyslové orgány. Rôzne neefektívne pohyby, formy správania, či zvuky, ktoré produkujú, sú dôsledkom chýbania zmyslových podnetov. Snoezelen im preto dopĺňa chýbajúce senzorické vnemy, tým sa senzorické systémy uvádzajú do rovnováhy a tak poskytujú stabilitu. Tým, že prijímatelia sami manipulujú s prostredím a samostatne si vyberajú aktivity, navodzuje to u nich pocit bezpečia a slobody, odstraňuje maladaptívne správanie, redukuje stres a produkuje adaptívne správanie.

V bielom a tmavom snoezelene klienti využívajú multisenzorickú integráciu na podnecovanie príjemných zmyslových zážitkov. Na zrakovú stimuláciu sa používajú vodné stĺpce, led lampy, svetelné efekty, optické vlákna, svetelná rukavica. Na vestibulárnu stimuláciu (uvedomovanie si tela pri zmene polohy v priestore) sa používa vodná posteľ, húpacie kreslo, závesná húpačka. Na hmatovú stimuláciu sa používajú rôzne materiály (látkové lopty, masážne loptičky, krácanie po rôznych materiáloch, atď.) Snoezelen sa používa aj ako relaxačná miestnosť, ktorá znižuje napätie, stlmuje hyperaktivitu, pričom si klient môže vybrať počúvanie hudby rôznych žánrov, zvuky prírody, alebo počúvanie povestí a rozprávok. Na podporu rozvíjania rovnovážnosti tela klienti využívajú balančné podložky. V snoezelen sa vykonávajú aj rôzne druhy terapií ako napr. aromaterapia, muzikoterapia, terapia hrou, edukácie, Jacobsonova progresívna svalová relaxácia).