VIŠJA STROKOVNA ŠOLA ACADEMIA,
MARIBOR

DIPLOMSKA NALOGA

SNOEZELEN – MULTISENZORIČNA SOBA – MULTIMEDIJSKI PRIPOMOČEK ZA KOMUNIKACIJO OSEB S POSEBNIMI POTREBAMI

Študent: Fabio Feregotto
Študent študija ob delu
Št. Indeksa: 11190122753
Program: multimediji
Mentor: Zlatko Mihaljčič, univ. dipl. soc.
Mentor v podjetju: Mateja Rebol

Maribor, junij 2010

IZJAVA O AVTORSTVU DIPLOMSKE NALOGE

Podpisani Fabio Feregotto, št. indeksa 11190122753, izjavljam, da sem avtor diplomske naloge z naslovom:

SNOEZELEN – MULTISENZORIČNA SOBA – MULTIMEDIJSKI PRIPOMOČEK ZA KOMUNIKACIJO OSEB S POSEBNIMI POTREBAMI

ki sem jo napisal pod mentorstvom profesorja Zlatka Mihaljčiča.

S svojim podpisom zagotavljam, da:
- je predložena diplomska naloga izključno rezultat mojega dela;
- sem poskrbel, da so dela in mnenja drugih avtorjev, ki jih uporabljam v predloženi nalogi, navedena oz. citirana skladno s pravili Višje strokovne šole Academia;
- se zavedam, da je plagiatorstvo - predstavljanje tujih del oz. misli kot moje lastne – kaznivo po Zakonu o avtorskih in sorodnih pravicah (UL št. 16/2007 - v nadaljevanju ZASP), prekršek pa podleže tudi ukrepom VSŠ Academia, skladno z njenimi pravili;
- skladno z 32. členom ZASP dovoljujem VSŠ Academia objavo diplomske naloge na spletnem portalu šole.

Kraj in datum: Podpis študenta:

Maribor, 14. 6. 2010 Fabio Feregotto

ZAHVALA

Zahvaljujem se mentorju, g. Zlatku Mihaljčiču, za pomoč in svetovanje pri pisanju diplomske naloge. Brez mojih sošolcev in prijateljev, ki so me v času študija vzpodbujali, bi bil študij mnogo težji. Naj omenim samo Igorja, Miša, Dušana, Mirana, katerim sem zelo hvaležen, da so mi stali ob strani. Pri delu me je ves čas podpirala moja družina, ki me je razumela in osvobodila drugih dolžnosti.

Velika hvala tudi lektorici, Tereziji Napečnik, univ. prof. slov. in knj., za pregled in lektoriranje diplomske naloge.

Na koncu pa največja zahvala profesorskemu kolektivu VSŠ Academia za njihovo odlično pedagoško delo.

POVZETEK

V diplomskem delu bom predstavil multimedijsko, multisenzorično sobo v terapevtski vlogi, predvsem za uporabnike z motnjo v duševnem razvoju. V prvem delu bom na kratko opisal čutila in senzorno integracijo, posvetil se bom senzomotoriki - občutenju in zaznavanju v življenju oseb z motnjo v duševnem razvoju (OMDR). V drugem delu bom razložil, kaj je multisenzorična soba, njen namen, smisel in zgodovino nastanka.

Na primerih uporabe sobe bom pokazal na široko uporabnost in blagodejne učinke multimedije na OMDR, pa tudi na druge uporabnike. V zadnjem delu bom opisal multimedijske pripomočke, ki sestavljajo multisenzorično sobo, orisal nekaj primerov učnih enot in skozi anketi uporabnikov pokazal na pozitivne učinke uporabe tega terapevtskega pripomočka.

KLJUČNE BESEDE: multisenzorična soba, OMDR, čutila, senzorna integracija, senzomotorika, multimedija.

ABSTRACT

The aim of this diploma is to present multimedia, multisensory room in therapeutic role, specially for persons with intellectual disability. In first part of the paper, senses, sensory integration and sensomotorics – feeling and percepting in lives of persons with intellectual disability will be presented.

The second part is ment to explain, what sensory room is, it`s purpose, aims and history of it`s establishment.

Examples of multisensory room use will show us it`s usefullness and beneficient effects on persons with intellectual disabilities or other users.

In the last part of it I will present and describe all multimedia equipment, such room should have. At the end, some practical units will be described along with the results of two opinion polls: one for persons able to communicate, and other for persons with difficulties in communication.

KEYWORDS: multisensory room, persons with intellectual disability (PID), senses, sensory integration, sensomotorics, multimedia.

KAZALO

1 UVOD **9**
1. 1 Opredelitev obravnavane teme **9**
1. 2 Namen, cilji in osnovne trditve diplomskega dela **9**
1. 3 Rezultati in omejitve **10**
1. 4 Predvidene metode raziskovanja **10**
2 SENZORNA INTEGRACIJA – ČUTILA **11**
2. 1 Vid (vizualno čutilo) **12**
2. 2 Sluh (auditorno čutilo) **12**
2. 3 Dotik (taktilno čutilo) **13**
2. 4 Vonj in okus **13**
2. 5 Čutilo ravnotežja **14**
3 SENZOMOTORIKA - OBČUTENJE IN ZAZNAVANJE V ŽIVLJENJU OSEB Z MOTNJO V DUŠEVNEM RAZVOJU (OMDR) **15**
3. 1 Značilnosti oseb z motnjo v duševnem razvoju (omdr) **15**
3. 2 Občutki in zaznave (senzomotorika) **16**
3. 3 Vidno zaznavanje **16**
3. 4 Slušno zaznavanje **17**
3. 5 Zaznavanje okusa (gustativna stimulacija) **17**
3. 6 Zaznavanje vonja **17**
3. 7 Kinestetična zaznavanja — kinestetični občutki **18**
3. 8 Občutki in zaznave časa in prostora **19**
3. 9 Občutki in zaznavanje dotika - taktilne stimulacije **19**
3. 10 Vestibularni občutki **19**
4 SNOEZELEN – KAJ JE TO? **21**
5 ZGODOVINA IN FILOZOFIJA SNOEZELENA **24**
5. 1 Kratka zgodovina **24**
5. 2 Filozofija **25**
6 PRIMERI UPORABE SNOEZELENA **27**
6. 1 Snoezelen in otroci s posebnimi potrebami **27**
6. 2 Snoezelen in razvojne motnje **27**
6. 3 Snoezelen in duševno zdravje **27**
6. 4 Snoezelen in psihološka trauma **28**
6. 5 Snoezelen in avtizem **28**
6. 6 Snoezelen in kontrola bolečine **28**
6. 7 Snoezelen, kap in travmatska poškodba možganov **28**
6. 8 Snoezelen in starost **29**
8 OPIS OPREME V SNOEZELENU **32**
8. 1 Oblazinjenje **32**
8. 2 Klimatska naprava **33**
8. 3 3D video projektor **35**
8. 4 3D projektor – planetarij **36**
8. 5 LCD TV **37**
8. 6 Audio oprema **38**
8. 7 Naprava za aroma terapijo **40**
8. 8 Laser z izmenjavanjem barv **41**
8. 9 Usmerjeni reflektor s flower disco efekti **43**
8. 10 Zrcalna krogla z motorjem (stroboskop) **44**

8. 11 Fotelj (masažni, vrtljivi) **45**
8. 12 Sedežna vreča **47**
8. 13 Vodna postelja **48**
8. 14 Vodni stolp **52**
8. 15 Bazen z barvnimi žogicami **53**
8. 16 Taktilne table **54**
9 PRIMERI UČNIH ENOT **55**
9. 1 Spoznavanje sobe **55**
9. 2 Raziskovanje sobe **55**
9. 3 Izkusiti efekte valjev z mehurčki **55**
9. 4 Dotikati se in biti dotaknjen **56**
9. 5. Odkrivati materiale in jih uporabljati kot izvor zvoka **56**
9. 6. Uporabljati podobe, slike, da ustvarimo zgodbo **56**
9. 7 Uporabljati zvoke za stimulacijo domišljije **57**
9. 8 Uporabljati okus in vonj za vzpodbudo domišljije **57**
9. 9 Združiti vizualen stimuli z ritmom in zvoki **57**
9. 10 Svetlobna in zvočna meditacija **58**
9. 11 Doživeti podvodno zgodbo **58**
9. 12 Koncentrirati se **58**
10 ANALIZA VPRAŠALNIKA UPORABNIKOM Z ZVIŠANO SPOSOBNOSTJO VERBALNE KOMUNIKACIJE **59**
11 ANALIZA VPRAŠALNIKA ZA UPORABNIKE Z ZNIŽANO SPOSOBNOSTJO VERBALNEGA KOMUNICIRANJA **61**
12 ZAKLJUČNE UGOTOVITVE **62**
13 ZAKLJUČEK **64**
14 LITERATURA IN VIRI **65**
15 PRILOGE **66**

KAZALO SLIK

Slika 1 Svetleči valjčki *23*
Slika 2 Čutila *29*
Slika 3 Oblazinjena soba *32*
Slika 4 Klimatska naprava TOSHIBA *34*
Slika 5 3D HD video projektor *35*
Slika 6 3D planetarij Bresser Home *36*
Slika 7 LCD TV *37*
Slika 8 Domači kino Samsung *38*
Slika 9 Naprava za aromaterapijo Aromatech *40*
Slika 10 Mini laser Light *41*
Slika 11 Laserske oblike svetlobe *42*
Slika 12 Reflektor MF1-EUROLITE *43*
Slika 13 Steklena krogla *44*
Slika 14 Motor za stekleno kroglo *44*
Slika 15 Masažni stol SANYO *45*
Slika 16 Sedežna vreča *47*
Slika 17 Vodna postelja *48*
Slika 18 Vodna postelja-sestava *49*
Slika 19 Zvočnik ESX Quantum QX154 ..... *50*
Slika 20 HI-FI Audio predvajalnik PIONEER *50*
Slika 21 YAMAHA stereo ojačevalec zvoka *50*
Slika 22 Povezava audio naprave z zvočniki *51*
Slika 23 Vodni stolpi *52*
Slika 24 Otroci v bazenu z žogicami *53*
Slika 25 Primer taktilne table *54*

1 UVOD

1. 1 Opredelitev obravnavane teme

V času, ko se soočamo z vedno več pritiski, s hitrim tempom življenja, s težavami, ki pogosto vodijo do stresnih situacij, zelo težko najdemo prosti čas in prostor, kjer bi lahko prisluhnili sebi in si pomagali na različne načine. Samo nekaj trenutkov bi bilo verjetno dovolj, da bi se ustavili, izstopili iz hitrega tempa in pogledali vase. Osebe s posebnimi potrebami zaradi različnih motenj, kot so motnje v komunikaciji in socializaciji, še težje rešujejo vsakdanje strese in naloge, ki so postavljene pred njih. Zato so velikokrat frustrirani, posledice pa lahko vodijo v agresijo in v avtoagresijo.

Danes nam vsakdanje življenje narekujejo različni medijski in multimedijski izdelki, ki jih vsak dan zavedno ali nezavedno uporabljamo. Malokdo pa ve, da lahko multimedijske izdelke uspešno uporabimo v terapevtske oz. sprostitvene namene.

Multimedijo lahko povežemo s socialno in pedagoško stroko. Multisenzorična soba ali snoezelen je najboljši primer povezave multimedijskih tehnik z humanističnimi strokami. Cilj te diplomske naloge je predstavitev take sobe.

1. 2 Namen, cilji in osnovne trditve diplomskega dela

Namen:

Namen mojega diplomskega dela je bil preučiti in v raziskovalnem delu definirati multimedijske pripomočke, ki jih združene v multimedijski sobi po posebnem ključu uporabljamo v terapevtske namene z veliko odzivnostjo otrok, mladostnikov in odraslih oseb s posebnimi potrebami. Namen te diplomske naloge je bil osvetliti povezavo med določenimi patološkimi stanji oseb s posebnimi potrebami in multimedijskimi napravami, ki ta stanja blažijo. Prav tako je bil namen te naloge osvetliti zgodovino Snoezelen gibanja in multimedijsko opremiti sobo.

Cilji naloge so:

- Osvetliti kratko zgodovino multimedijske sobe
- Kratko osvetliti splošna stanja in motnje v komunikaciji oseb s posebnimi potrebami
- Proučiti odzivnost in izboljšanje splošnega stanja teh oseb v multimedijski sobi in izboljšanje splošnega stanja teh oseb skozi anketo uporabnikov

- Osvetliti multimedijske pripomočke, ki na različne načine pomagajo blažiti neprilagojena stanja oseb s posebnimi potrebami
- Smiselno opremiti multimedijsko sobo, da bo zadovoljevala potrebam teh oseb

Osnovne trditve:

- Multimedijska soba ali snoezelen vzpodbuja raziskovanje, gibanje, socializacijo, obvladovanje nevarnosti in učenje oseb s posebnimi potrebami
- Te osebe pridobivajo pomembne in osnovne izkušnje o svojih čutilih, se zaradi tega umirjajo in lažje koncentrirajo
- Smiselno opremljena multimedijska soba je nujen terapevtski pripomoček pri vzgoji in izobraževanju oseb s posebnimi potrebami in je instalirana v vseh relevantnih institucijah

1. 3 Rezultati in omejitve

Rezultat ankete je pokazal, da se večina oseb s posebnimi potrebami počuti boljše, ima večje komunikacijske sposobnosti, se umirja, odpira terapevtom, ustvarja boljše medsebojne odnose, razkraja agresijo in avtoagresijo po večkratni uporabi multimedijske sobe

Anketiral sem osebe z zvišano in znižano sposobnostjo komuniciranja, vsako skupino s prilagojenim vprašalnikom.

1. 4 Predvidene metode raziskovanja

Za teoretični del mojega diplomskega dela sem uporabil:

- obstoječo strokovno literaturo (knjige in članke v revijah),
- podatke iz interneta.

Raziskovalni del moje diplomske naloge pa je potekal v naslednjih korakih:

1. izvedba ankete med uporabniki multimedijske sobe
2. obdelava dobljenih podatkov
3. analiza rezultatov
4. predstavitev in razlaga rezultatov

2 SENZORNA INTEGRACIJA – ČUTILA

Človek je bitje s senzornimi zaznavami, sposobnostjo mišljenja in miselnih operacij, ima čustva in sposobnost delovanja v smislu orientiranega gibanja, komunikacije in aktivnosti. Vsi omenjeni faktorji vplivajo drug na drugega v tesni povezavi na dokaj kompleksen način. V skladnem delovanju vseh nam omogočajo, da spoznavamo svet, si ga prilagajamo, vplivamo nanj, odločamo, smo samostojni in zadovoljni.
Naše telo dela po navodilih, ki nam jih dajejo naša čutila. Preko njih in sposobnosti senzornega zaznavanja spoznavamo okolje, obvladujemo nevarnosti, znamo reagirati na zunanje dražljaje in na druge ljudi.

Otroci z motnjami v duševnem razvoju imajo praviloma enaka čutila kot zdravi. Kako se počutijo v tej množici glasov, luči in drugih senzacij, ki jim ne vedo pomena? Zaradi narave njihovih motenj in skopih povratnih informacij na mnoga vprašanja še nimamo odgovora. Vemo pa, da je njihovo okolje strogo determinirano, da njihov svet sestoji iz kvantitet in da si izkušnje pridobivajo na podlagi prijetno - neprijetno.
Da pa bodo na dražljaje adekvatno reagirali, jim moramo dražljaje selektivno približati.
Zaznavanja okolja in sebe jih sicer ne moremo naučiti, ampak moramo zelo premišljeno ustvarjati situacije, v katerih bo posameznik imel najrazličnejše možnosti senzornih dražljajev in s tem pridobivanja izkušenj, ki je subjektiven način obdelave podatkov in zaznav. Pri tem sledimo spoznanjem klasikov naših strok, da se vsak organ, ki je v funkciji, razvija.

Zaznavanje je odvisno od sposobnosti opazovanja. Pri osebah z motnjo v duševnem razvoju je razvoj senzomotoričnih sposobnosti odvisen od zorenja in izkušenj. Na zorenje ne moremo vplivati, lahko pa vplivamo na oblikovanje ustreznih izkušenj, na katerih kasneje lahko nadgrajujejo svoje znanje.

Primarna funkcija naših čutil je, da doživljamo in reagiramo na dražljaje iz okolja. Čutila nam omogočajo doživljati dnevne situacije tako, da vidimo, čutimo, vohamo, slišimo in okušamo.

2. 1 Vid (vizualno čutilo)

Organ vizualnega čutila je oko, ki nam omogoča videti svet okoli sebe, barve, oblike, dimenzije objektov in gibanje.
Svetloba pada na fotoreceptorje očesne mrenice kot elektromagnetna oscilacija. Informacija je posredovana na očesno skorjo, ki analizira svetlobo, barvo in ostrino in jo poveže v možganih v vizualno sliko, izkušnjo.
Ko delamo z ljudmi, ki so dezorientirani, ali morajo biti zelo blizu materialov oziroma, jih morajo čutiti, uporabljamo senčeno svetlobo 50 luxov. Če želimo omogočiti osebam, z vizualnim deficitom čisto gledanje, moramo svetlobo zvišati na 100 – 500 luxov.

2. 2 Sluh (auditorno čutilo)

To čutilo nam omogoča slišati različne zvoke in nam pove o lastnostih zvokov, ki jih slišimo, kot je jakost zvoka, višina tona, ritem in sekvenco
Uhelj, vidni del ušesa, zbira zračne zvočne valove. Ti potujejo po sluhovodu do bobniča in dosežejo polža, tubo, ki deluje tudi kot organ za ravnotežje. Impulze, ki prihajajo po sluhovodu, sprejme avditorni živec, ki jih vodi do mešičkov na možganih. Tam se aktivirajo nevroni in z uporabo asociacij se impulzi spremenijo v slušne vzorce, ki jih lahko identificiramo.
Infekcije, presnovne bolezni, simptomi staranja so lahko povzročitelji izgube sluha
Veliko mladih ljudi trpi za hudo izgubo sluha. Zaznavanje jakosti zvoka je odvisna od starosti, sobe ali območja, kjer se posluša, prejšnje zvočne izpostavljenosti in individualnih navad poslušanja. Različni ljudje dojemajo enako raven hrupa drugače. Zato ni določena raven zvoka, ki bo zadovoljila vse v določenih situacijah. Ta se lahko začne s stopnjo od 20 do 50 dB, vendar pa mora biti v Snoezelenu zvok za vsakega posameznika prilagojen.

2. 3 Dotik (taktilno čutilo)

Čutilo dotika nam omogoča stalen kontakt z okoljem. Je vitalno čutilo za naše preživetje in tudi način medsebojne komunikacije. Fizična občutljivost vključuje vse senzorne sisteme povezane s telesom kot kožna čutila, propriocepcija in notranji organi. Koža je naš največji zunanji organ, velik približno $2m^2$. Receptorji na površini kože, kot so mehanoreceptorji ali termoreceptorji, se aktivirajo z dotikom in pritiskom ter pošiljajo električne impulze v možgane. Možgani predelajo te podatke in mi čutimo pritisk, toploto, bolečino….

V koži so sprejemniki štirih različnih čutov: za tip, mraz, vročino in bolečino. Za tip so preprosto zgrajena tipalna telesca, ki leže v usnjici. V njih so čutnice, ki so občutljive za dotik in pritisk. Največ tipalnih telesc je na dlaneh, podplatih, na blazinicah prstov, na ustnicah in še drugje.

2. 4 Vonj in okus

Čutilo okusa in čutilo vonja reagirata na kemične transmiterje. Čeprav sta različni čutili, sta zelo povezani, omogočata nam prepoznavo substanc in varujeta pred zastrupitvami. Gnila ali zastrupljena hrana, vonj po plinu ali drugi nevarni materiali so takoj prepoznani in izzovejo takojšnje reakcije.
Že dolgo poznamo štiri okuse: slan, sladek, kisel in grenek okus. Pred kratkim so znanstveniki dodali še peti okus, imenovan umani. Umani prepozna glutamat aminokisline, ki se nahaja v omakah, juhah, mesu in ribah. Okušalne brbončice reagirajo z različno intenziteto. Kemični transmiterji prebudijo občutke, ki so shranjeni, kakor tudi drugi sistemi, v možganski skorji.
Nosna votlina je povezana z sluznico, ki ima na milijone receptorskih celic. Čeprav so le-te manjše in manj občutljive kot pri živalih, so zmožne zaznati številne vonjave zelo hitro. Olfaktorna informacija potuje skozi olfaktorni trakt do primarne olfaktorne skorje, brez, da bi prešel talamus. To je ekstenzivna interakcija med olfaktornim in gustatornim sistemom.

2. 5 Čutilo ravnotežja

Zaznavanje položaja v prostoru, položaja udov v odnosu en do drugega in mišična tenzija so regulirani z dvema proprioceptivnima senzorjema, ki delata skupaj z vestibularnim sistemom v notranjem ušesu. Sistem omogoča, da je telo pod kontrolo. (Mertens, 2008, 16,17,18)

3 SENZOMOTORIKA - OBČUTENJE IN ZAZNAVANJE V ŽIVLJENJU OSEB Z MOTNJO V DUŠEVNEM RAZVOJU (OMDR)

3. 1 Značilnosti oseb z motnjo v duševnem razvoju (omdr)

Pri delu z osebami z motnjami v duševnem razvoju moramo vedno upoštevati vrsto in stopnjo njihovih motenj. Motnje pri posamezniku so nastale zaradi konstitucionalnih, organskih in funkcionalnih vzrokov. Iz različnih vzrokov, zaradi katerih je prišlo do motnje, izhajajo tudi značilnosti funkcioniranja oseb z motnjami v duševnem razvoju. Vsak posameznik se razlikuje od drugega, vseeno pa lahko te značilnosti združimo v nekaj podobnosti med vsemi osebami z motnjo v duševnem razvoju:

- predstave OMDR so pomanjkljive, napačne in skromne;
- pozornost OMDR je pogosto pasivna, plitva, hitra, odkrenljiva;
- svet doživljajo na osnovi direktnih čutnih zaznav in so sposobni le konkretnega mišljenja;
- ne ločijo bistvenega od nebistvenega;
- težko se prilagajajo novim situacijam;
- slabo povezujejo izkušnje;
- njihovo pomnjenje je v glavnem mehansko;
- največkrat imajo slabo razvit govor;
- njihovo čustvovanje je površno, infantilno, pogosto neobvladano;
- motena je motivacija;
- pogosto so motorično nespretni.

V sodobnih pristopih delo z njimi poteka tako, da izhajamo iz njihovih individualnih potreb in sposobnosti.

3. 2 Občutki in zaznave (senzomotorika)

V grobem senzomotorika pomeni spoznavanje okolice ter ohranjanje pridobljenih znanj z aktivnostjo svojih čutil v povezavi z motoriko. Gre za razvoj in urjenje sprejemnih poti. Občutki in zaznave posamezniku omogočajo doživljanje sebe in spoznavanje posameznih lastnosti predmetov in pojavov. Čutenje in občutenje povzročajo zunanji dražljaji, ki delujejo na čutne organe. Jakost je odvisna od jakosti dražljajev, kakovost pa od narave čutnega organa.
Zaznavanje okolja in sebe nekoga ne moremo naučiti, ampak moramo zelo premišljeno ustvarjati situacije, v katerih bo posameznik imel najrazličnejše možnosti senzornih dražljajev in s tem pridobivanja izkušenj, ki so subjektiven način obdelave podatkov in zaznav.

3. 3 Vidno zaznavanje

Za dobro počutje in preživetje je potrebno, da od obilice dražljajev, ki nas obdajajo, znamo zaznati določene dražljaje. Za mnoge ljudi so oči najpomembnejši čutni organ. Približno 60 % vseh informacij iz okolja prejmejo možgani preko oči. Kako poteka proces vidnega zaznavanja pri človeku? Proces vidnega zaznavanja se začne v trenutku, ko dražljaj, ki nastane na očesni mrenici, pride do vidnega področja v možganski skorji. Tu se dražljaj projecira na centre možganske skorje in se razdeli na veliko število sestavnih delov signala. Proces vidnega zaznavanja je sestavljen sistem, ki se torej povezuje z delovanjem kompleksa možganskih delov, vsak od teh delov pa ima posebno vlogo v strukturi aktivnega zaznavanja.

OMDR imajo prav na tem področju različne težave. Pri njih se pogosto srečujemo z okvarami primarnega dela vidnega področja velikih možganov (to povzroči izpad posameznih delov vidnega polja). Pogoste so tudi okvare sekundarnega dela vidnega področja (to otežuje ali popolnoma onemogoči vizualno sintezo). Poleg tega pa se OMDR pogosto srečujejo še z drugimi okvarami vida kot so: kratkovidnost, daljnovidnost, slabovidnost, daltonizem, strabizem, razne karakte….

3. 4 Slušno zaznavanje

Sluh je čut, ki služi našemu sporočanju. Pri slušnem zaznavanju deluje živčni sistem kot celota in ne le kot višji centri, sicer pa je poslušanje oz. slušno zaznavanje več kot le fizikalno zaznavanje zvočnih valov. To je globoka, večplastna predelava dražljajev, ki prispejo do možganov.

Mali otroci zelo zgodaj postanejo pozorni na zvoke, hitro razlikujejo zvoke in so pozorni nanje.

OMDR pa imajo kot otroci in tudi kasneje težave pri učenju poslušanja in zapomnitve zvokov. Zato se morajo naučiti identifikacije in razlikovanja zvokov in jih oponašati. Zato je še toliko pomembnejše vsako aktivnost spremljati z govorom, ne glede na to koliko OMDR razumejo, kajti z omogočanjem, da zvok pride v otrokovo zavest, naredimo prvi korak v njegovem kontaktiranju z okoljem, to pa je začetek komunikacije. Slušna percepcija je proces, ki vključuje:

- slišnost (slišim zvok),
- identifikacijo (kaj slišim),
- diskriminacijo (npr. zvonenje zvonca),
- interpretacijo (vrsta odzivnosti na zvonenje),
- shranjevanje in spominjanje slušnega vtisa.

3. 5 Zaznavanje okusa (gustativna stimulacija)

Osnovne komponente za zaznavanje okusa so občutki za sladko, grenko, kislo in slano. Receptorji za okus se nahajajo v doIočenih predelih jezika, v sluznici grla, želodca in mehkega neba. Gustativne celice sprejemajo dražljaje in jih pošiljajo do velikih možganov. Znano je, da imajo OMDR slabo razvite okuse. Dušan Djordjevič pa pravi, da je zaznavanje okusa odvisno od stopnje inteligentnosti. Osebe z zmernimi in težjimi motnjami v duševnem razvoju najbolje zaznavajo okus sladkega, najslabše pa okus grenkega.

Za večino otrok zavzema okus enako pomembno mesto kot druga občutenja, nekatere OMDR pa potrebujejo posebne vzpodbude, da ozavestijo to senzorno področje. Za nekatere OMDR je uporaba jezika najboljši, morda celo edini način odkrivanja okolice in zadovoljevanje užitka v občutenju.

OMDR se v največji meri osredotočijo na razlikovanje štirih okusov. V nadaljevanju pa je potrebno z diferenciranimi spodbudami vplivati na zapomnitev okusov.

3. 6 Zaznavanje vonja

Dražljaji za zaznavanje vonja so delci plinov, ki pridejo v stik z receptorjem v zgornji votlini nosa. Čutilo za voh je zelo občutljivo in šele po daljšem delovanju določenega vonja pride do adaptacije.

Spodbujanje zaznavanja vonja je lahko pogost pristop do otroka (pogosta komunikacijska pot). Pri OMDR, predvsem pri OMDR težje stopnje je prav vonj tisti, ki odpre komunikacijo. To je lahko zelo enostavna komunikacija, ki temelji na pritegnitvi in odbojnosti — da ali ne, preko katere je možno usmeriti orientacijo na dogodke v okolju. Percepcija vonja zajema:

prepoznavanje, diferenciacijo in zapomnitev vonja.

3. 7 Kinestetična zaznavanja — kinestetični občutki

Kinestetična živčna vlakna vodijo od receptorjev do hrbtenjače, kjer tvorijo refleksne loke in od tu vodijo do malih in velikih možganov. S kinestetičnimi občutki in zaznavami zaznavamo gibanje telesa, posamezne gibe, gibanje posameznih mišic očesnega zrkla, napetost mišic. OMDR imajo pogoste okvare kinestetičnih občutkov in s tem okvare grobe in fine motorike. Razvijanje kinestetičnih občutkov je eden od ciljev področja športne vzgoje, različne vaje pa moramo izvajati vsak dan, tudi v okviru drugih področij.

3. 8 Občutki in zaznave časa in prostora

OMDR imajo slabo razvit čut za prostor in čas. Čas ni elementarno čutni vtis. OMDR se težko orientirajo tako v času (dan, teden, mesec) kot tudi v prostoru. Sicer pa zaznavanje prostora predstavlja cela vrsta informacij, ki prihajajo v možganske centre iz različnih virov: vid, sluh, dotik. Zaznava prostora pa je sinteza mnogih zaznav, zato se OMDR težko orientirajo v prostoru. Prav tako OMDR težko razvijajo časovne predstave.

3. 9 Občutki in zaznavanje dotika - taktilne stimulacije

H kožnim občutkom spadajo občutki dotika, pritiska, bolečine in temperature. Živčna vlakna kožnih in kinestetičnih živcev vstopajo v hrbtenjačo skupaj.
Taktilne stimulacije temeljijo na občutenju dotika. Dojenček izraža te oblike zaznavanja preko različnih refleksov, ki z razvojem izginejo. Iz vedenja novorojenčkov tudi sklepamo, da so posebej občutljivi na dotike okrog ustnic, po obrazu, rokah, podplatih in trebuhu, manj pa po drugih delih telesa. Iz vedenja otrok tudi sklepamo, da je koža kot čutni organ najznačilnejša komunikacijska pot takoj po rojstvu. Tudi v zgodnjem otroštvu so otroci mnogo bolj usmerjeni prav v tipno zaznavanje in manj v druge vrste zaznavanja. OMDR v svojem razvoju obstanejo na določeni stopnji, zato so občutki dotika zanje še toliko pomembnejši.

3. 10 Vestibularni občutki

Vestibularni občutki so močno povezani s taktilnimi občutki, le da so vestibularni občutki vezani na vzpodbujanje telesa, t. j. na somatsko stimulacijo, ki zajema:
- vzpodbujanje celega telesa, da si lahko otrok ustvari pojem o lastnem telesu (body image);
- vzpodbujanje posameznih delov telesa, da bi jih lahko doživel kot svoje Iastno telo.

Otrok na začetku svojega razvoja pojmuje okolico preko lastnega telesa in vedno izhaja iz sebe. Naučiti pa se mora, kako sebe vključiti v okolje.
Če se otrok ne nauči gibati po prostoru povsem samostojno, ne bo nikoli v stanju, da bi doživel celo vrsto senzornih dražljajev. Njegov svet bo vedno omejen in njegova shema o lastnem telesu (kaj je njegovo telo in kako se giblje) glede na okolje bo vedno izkrivljena. Z gibanjem pa oseba zadovoljuje še eno od osnovnih potreb in sicer potrebo po tesnem telesnem stiku.

Z gibanjem spodbujamo tudi občutek za ravnotežje, to je občutenje, ki nam daje informacije o položaju glave glede na težišče zemlje, pa tudi informacije o smeri in hitrosti gibanja. Pomembno vlogo pri stimulaciji celega telesa imajo: ritem, stimulacija, pravilno dihanje, aktivnosti v vodi in masaža.

(Ajres, 1979, 1-15)

(Več avtorjev, interna skripta, 1996, 5,6,7,8)

4 SNOEZELEN – KAJ JE TO?

Prva teorija o snoezelenu se je pojavila v sredini 70 let v Ameriki. Dva ameriška psihologa Cleland in Clark sta obvestila javnost o možnosti izboljšanja komunikacije in spreminjanja vedenjskih vzorcev z uporabo izbrane in prilagojene senzorične stimulacije pri delu z hiperaktivnimi osebami, z osebami z motnjo v duševnem razvoju, z osebami z avtističnimi motnjami in z osebami s kombiniranimi motnjami. V posebnih sobah so te skupine ljudi stimulirali z različnimi multimedijskimi pripomočki in opazovali njihov odziv. Tako sobo so sprva imenovali senzorična soba. Na Nizozemskem sta Ad Verheul in Jan Hulsegge sledila ameriškim izsledkom in postavila multisenzorično sobo imenovano snoezelen za spontane, nevodene aktivnosti oseb s težjimi in težkimi motnjami v duševnem razvoju.

Termin snoezelen sta prva predstavila dva socialna delavca iz Nizozemske. Postavila sta eksperimentalni šotor, poln raznih pripomočkov, ki so ustvarjali efekte, ki so stimulirali vid, voh in sluh s ciljem izvabiti kakršnokoli povratno informacijo iz oseb s težjo in težko motnjo v duševnem razvoju. Snoezelen se je tako hitro uveljavil zaradi tega, ker v tistem času ni bilo praktično nobenih aktivnosti za osebe s težjo in težko motnjo v duševnem razvoju, zanje je bila dobra samo nega. Razvoja snoezelena so bili seveda še posebej veseli starši oseb z motnjo v duševnem razvoju. Zanje je bila to aktivnost, na katero so njihovi otroci skoraj brez izjeme reagirali pozitivno.
Beseda snoezelen je nastala iz dveh nizozemskih besed snuffeln – vohati in doezelen – dremati. Uspeh eksperimentalnega šotora je botroval hitremu razvoju snoezelena. Danes ima eden od ustanoviteljev Ad Verheul velik snoezelen center v Ede na Nizozemskem, v katerem nudi na 350 m^2 velikem zaprtem in izoliranem prostoru različne senzorne stimulacije. (Mertens, 2008,9)

Po začetnih izkušnjah na Nizozemskem se je snoezelen prijel tudi v Veliki Britaniji, Franciji, Švedski, Nemčiji in Kanadi, od leta 1990 pa ga lahko imenujemo svetovno gibanje. V državah, poleg zgoraj naštetih so tudi Danska, Belgija, Norveška, Avstralija, Japonska in ZDA je snoezelen postal sprejeta praksa. Prvenstveno je bil namenjen osebam s težjo in težko motnjo v duševnem razvoju, danes pa je namenjen praktično vsakomur – s pomanjkljivostmi ali brez, odvisno od njegove uporabe.

Snoezelene danes lahko obiščemo v:

- družinskih hišah, zdravstvenih domovih,
- predšolskih ustanovah – vrtcih,
- javnih šolah, integrativnih šolah, šolah s prilagojenim programom,
- psihiatričnih centrih,
- bolnišnicah in rehabilitacijskih centrih,
- bivalnih skupnostih, varstveno delovnih centrih,
- neodvisnih institucijah.

Snoezelen so enako dobro sprejele osebe v tretjem življenskem obdobju, osebe z motnjo v duševnem razvoju (OMDR) in otroci v osnovnih šolah. Potrebe po teh sobah se pojavljajo v bolnišnicah in zdravstvenih domovih. V praksi se je namreč snoezelen pokazal kot odlična terapija in stimulacija vseh skupin ljudi.

Snoezelen je postal magična beseda in ima široko uporabnost. Uporabniki zaradi tega izkušnjo opisujejo kot prijetno, pomirjujočo, regenerirajočo. Ko gledajo v vodne stolpe z mehurčki, postanejo sproščeni, k temu še dodatno pripomore sproščujoča glasba. Posebne luči, kopeli v žogicah, zvočni efekti, masažni stoli, vodne postelje vzbudijo v uporabniku pozitivna čustva: zadovoljstvo, notranji mir, veselje. Tako okolje vzpodbudi spomine, izboljšuje samopodobo, omogoča uporabniku pridobiti na moči in razviti svoje ideje. Omogoča uporabniku, da se zbere in reorganizira. V procesu senzorne integracije kontaktna čutila (tip, okus) sodelujejo z oddaljenimi čutili (vid in sluh).
Snoezelen je kreiranje dobrega počutja s pomočjo kontroliranih multisenzoričnih spodbud v posebnem okolju.

Taka soba vzpodbuja raziskovanje, gibanje, socializacijo, učenje, obvladovanje nevarnosti in razumevanje. Vse to pa vodi k celostnemu in integralnemu razvoju čutil in celostnemu razvoju otroka.

Uporabniki multisenzorične sobe pridobivajo pomembne in pozitivne izkušnje o svojih čutilih ter se preko tega umirjajo in lažje koncentrirajo. Ta terapija omogoča optimalnejše učenje.

Okolje snoezelen je varno in negrozeče. Otroci, mladostniki in odrasli s posebnimi potrebami ali drugimi omejitvami v tej sobi uživajo nežno stimulacijo primarnih čustev. Tukaj ni nobene potrebe po intelektualnem argumentiranju. Udeleženci izkusijo samokontrolo, neodvisna razkritja, ki premagajo zadržke, povečajo samopodobo in zmanjšajo napetosti. Proč od pričakovanj drugih in pritiskov vodenega varstva si okrepijo moči in se spočijejo.

Raziskave so pokazale, da multimedijska multisenzorična soba ponuja obilico koristi, omogoča tudi izboljšanje komunikacije med uporabnikom in vzgojiteljem, poveča razumevanje do drugega ter gradi zaupanje v medsebojnem odnosu. Snoezelen je čudovita izkušnja, ki napolni duha.



Slika 1 Svetleči valjčki

Vir: http://www.snoezeleninfo.com/images/pageImages/imgIntroduction1L.jpg, dne 16.6.2010

5 ZGODOVINA IN FILOZOFIJA SNOEZELENA

5. 1 Kratka zgodovina

Koncept snoezelena sta definirala dva nizozemska terapevta Jan Hulsegge in Ad Verheul v 70 ih letih prejšnjega stoletja. Ko sta delala v centru za vzgojo in izobraževanje otrok, mladostnikov in odraslih s posebnimi potrebami De Hartenberg Institute, sta ugotovila, da so osebe s težko motnjo v duševnem razvoju, ki so bile izpostavljene multimedijskemu multisenzoričnemu okolju, pozitivno reagirale. Ideja je bila zanimiva, vredno jo je bilo testirati. Hulsegge in Verheul sta kasneje postavila multimedijski eksperimentalni šotor, da bi nadaljevala s testiranjem ideje.

Prvi snoezelen je bil konstruiran kot streha na podpornikih, s plastičnimi delilci prostora in je vseboval le preproste efekte, kot npr.: ventilator, ki je razpihoval koščke papirja, črnilo, pomešano z vodo in projicirano na platno, glasbene instrumente, taktilne objekte (preproste reliefe iz lesa), odišavljene stekleničke, mila in aromatične jedi. To je bil veličasten uspeh za osebe s težjo in težko motnjo v duševnem razvoju, ki so pokazale pozitivne verbalne in neverbalne odzive.

Snoezelen se danes uporablja po vsem svetu v vzgoji, izobraževanju in varstvu otrok, mladostnikov in odraslih s posebnimi potrebami in avtističnimi motnjami. Pomembne rezultate dosega tudi pri starejši populaciji, ki trpi za demenco, kot je Alzhaimerjeva bolezen, pri osebah z duševno boleznijo, s kroničnimi bolečinami, z vedenjskimi motnjami, s pridobljenimi možganskimi poškodbami, itd. Snoezelen velja pri »normalni« populaciji kot antidot za stres.

V zadnjih petnajstih letih se je snoezelen razvil v svetovno gibanje v več kot tridesetih državah z tisočimi instalacijami, v svetovno fundacijo z državnimi in mednarodnimi konferencami in mednarodnimi raziskovalnimi projekti. (Mertens, 2008, 11)

5. 2 Filozofija

Pred dvajsetimi leti je bil pristop do oseb z motnjo v duševnem razvoju s pomočjo multimedijskih pripomočkov v multisenzoričnem prostoru vsekakor radikalen odklon od tradicionalnih terapevtskih aktivnosti. Kot sta Jan Hulsegge in Ad Verheul zapisala v njuni publikaciji Snoezelen - drugi svet: »V snoezelenu ne želiva dati razvoju in terapiji glavni poudarek. Je popolnoma odprt. Zato ne postavljava predhodnih ciljev.« Njuna ideja nedirektivnega pristopa je bila poglavitna za filozofijo snoezelena. Udeleženci snoezelena so imeli pravico do lastne izbire. Multimedijske aparature ali predmete so lahko nastavljali in jih uporabljali po lastni volji in željah.

Brez pritiskov za izvesti ali doseči… osvobojeni kontrole in rutine… ločeni od medicinskih diagnoz in znanih omejitev so udeleženci lahko reagirali in se odzvali na nov senzoričen svet na njihov poseben način. Louise Haggar in Roger Hutchinson sta v članku časopisa Whittington Hall opredelila to filozofijo kot »omogočen dostop«, senzitiven, nedirektiven pristop, kjer je prisotna atmosfera varnosti in omogočena prosta izbira.

Snoezelen se lahko uporablja za stimulacijo, relaksacijo, umiritev ali dodajanje energije, moči. Postavljen je tako, da daje multisenzorično izkušnjo, s prilagoditvijo luči, atmosfere, zvokov, tekstur, glede na posebne potrebe udeleženca v času uporabe.

Snoezelen se kot nova aktivnost zelo razlikuje od drugih oblik in metod dela. Celotno akcijo v prostoru - kaj, kako, koliko časa - namreč odreja in usmerja uporabnik. Ta je aktiven, terapevti so le spremljevalci in opazovalci. Njihove naloge so, da s svojo prisotnostjo zagotavljajo uporabniku občutek varnosti in mu dajejo podporo s telesnim kontaktom ali tihim pomirjujočim govorom, petjem; da kot strokovni delavci spremljajo vse najmanjše uporabnikove reakcije (mimiko in geste…) in ravni ter načine njihove komunikacije.

Osnovno pravilo snoezelena je, da komunikacijo odreja uporabnik, in če hočemo biti uspešni, moramo komunicirati na isti ravni, gledati moramo z njegovimi očmi; poslušati z njegovimi ušesi in biti na njegovi valovni dolžini. Opazovanje in ocenjevanje uporabnikovih reakcij je zato izredno pomembno. Zavedati pa se moramo, da obstaja v snoezelenu zaradi posebne atmosfere velika nevarnost subjektivnega ocenjevanja, zato moramo imeti jasen cilj; vsa opažanja moramo redno beležiti, izsledke primerjati, ocenjevati in jih redno posredovati tako delavcem, ki delajo neposredno z uporabnikom, kot drugim članom tima. Le tako snoezelen dejansko služi svojemu namenu.

Snoezelen kot terapevtski pristop ni dobil nobene finančne podpore do pred kratkim v Nemčiji. Zdravstvene zavarovalnice so se odločile, da je to zdravstveno terapevtska storitev in da jo finančno pokrijejo. Postavile so relativno jasno definicijo med snoezelenom in drugimi vrstami terapij ali obravnav. Snoezelen lahko pojmujemo kot vadbeno terapijo z neuropsihološko bazo, kar pomeni, da ga lahko predpiše zdravnik in izvede kvalificiran snoezelen terapevt. Raziskava, kako pravzaprav snoezelen deluje, je še vedno v zgodnji fazi in je skoraj nemogoče, da bi bil snoezelen priznan kot uradna vrsta terapije v nekaj letih. Za ergoterapevte in fizioterapevte je stvar lažja. Le-ti snoezelen vtkejo v svoje terapije in ga sprejemajo kot intervencijsko metodo, kot je npr. senzorna integracija in mototerapija.
Snoezelen lahko doseže dobre rezultate predvsem v podpori percepcije, počitka in relaksacije, fantazije in kreativnosti, socialnih odnosov, komunikacije, kot tudi uspešnosti spomina.
(Hulsegge, Verheul, 1987, 3,4,5)

6 PRIMERI UPORABE SNOEZELENA

6. 1 Snoezelen in otroci s posebnimi potrebami

Snoezelen je vsekakor največja in najboljša pridobitev za otroke s posebnimi potrebami. Skozi prakso se je pokazalo, da so pridobitve za to ciljno skupino enormne in še rastejo. V vzgojnoizobraževalnem smislu je snoezelen nevtralni teritorij, kjer se proč od stresov v učilnicah medsebojni odnosi redefinirajo na novo brez pritiskov. Snoezelen je v večini primerov stimulacija k boljši motivaciji za uspeh in k izboljšanju koncentracije in koordinacije.

6. 2 Snoezelen in razvojne motnje

Multisenzorična stimulacija je bila kar nekaj časa najpogostejši in najuspešnejši pristop k motnjam v učenju, posebej, ko je bilo ugotovljeno, da ima multisenzoričen pristop močan vpliv na izobraževalnem in terapevtskem področju. Snoezelen je logičen razvoj dobro dokumentiranega dela skozi leta, ki izkorišča nove multimedijske tehnologije, ki prej niso bile dostopne.
Vedno večja je tudi potreba otrok z motnjami v učenju po kvalitetnem prostem času. Prednosti nedirektivnega in nezahtevajočega pristopa so velike v smislu neverbalne komunikacije, možnosti za sproščanje in samoozdravitev, kakor tudi za stimulativne impulze.

6. 3 Snoezelen in duševno zdravje

Sproščujoča, pomirjajoča atmosfera snoezelena pričara idealno situacijo za terapevtska razmerja. Ko osebe z tenzijami, depresijami ali raznimi strahovi občutijo stanje globoke relaksacije v snoezelenu, se lahko odprejo in so zmožni govoriti o lastnih občutkih. Efekt se pojavi v sobi, pa tudi kasneje skozi ves dan.

6. 4 Snoezelen in psihološka trauma

Snoezelen nam lahko pričara tudi varno mesto, prostor, kjer otroci, mladostniki ali odrasli, ki so bili podvrženi nasilju, spolni zlorabi, ali efektom vojne, začnejo komunicirati, na novo pridobivati samozaupanje in samozavest, ali ponovno vzpostavijo zaupanja vredne odnose in razmerja. Dodatne raziskave so pokazale, da lahko snoezelen povzroči globoko relaksacijo in izboljša spalne vzorce pri kritično bolnih otrocih.

6. 5 Snoezelen in avtizem

Snoezelen je enako efektiven pri delu z avtističnimi otroci ali z otroci, ki imajo avtistične lastnosti. Raziskave, ki so potekale v Bruslju, so primerjale obnašanje devetih oseb s težkim avtizmom v učilnici in snoezelenu. Čeprav so individualni rezultati varirali, je skupinski rezultat pokazal petdeset procentno redukcijo stisk in stereotipnih vzorcev obnašanja ter petinsedemdeset procentno redukcijo agresivnih in avtoagresivnih vedenjskih vzorcev v takem okolju.

6. 6 Snoezelen in kontrola bolečine

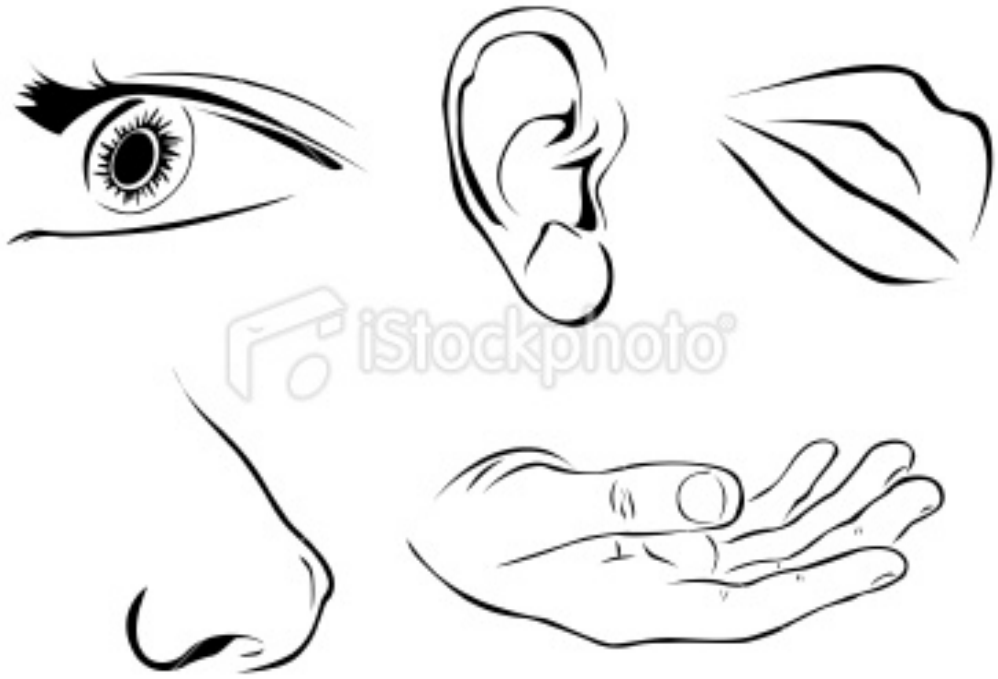
Tako okolje lahko olajša akutno in kronično bolečino, pomaga ženskam, da se sprostijo, ostanejo mirne in pozorne med rojevanjem. Zgodnje observacije so pokazale, da ponuja snoezelen okolje odvračanje od bolečine kot posledico globoke relaksacije, ki drugače ne bi bila na voljo osebam z bolečinami.

6. 7 Snoezelen, kap in travmatska poškodba možganov

Univerzitetna bolnica v Ghentu (Belgija) že dolgo uporablja okolje snoezelen, ker zaradi edinstvene fleksibilnosti daje odlične rezultate. Terapevti v tej bolnici delajo individualno z mladostniki, ki so utrpeli kap ali možganske poškodbe. Enaka oprema, ki stimulira pasivne osebe, lahko tudi pomiri tiste, ki so nagnjeni k vznemirjenosti. Snoezelen ponuja bolnišnici popoln paket terapij, ki se nanašajo na grobo motoriko in emocionalne potrebe s ciljem omogočiti posamezniku najvišji možni nivo delovanja. Delavci v praksi s pridom uporabljajo ta večnivojski pristop že vrsto let z dokumentiranimi pozitivnimi rezultati.

6. 8 Snoezelen in starost

Drugo največje področje raziskovanja snoezelena je pomoč starejšim osebam z demenco. Najnovejša spoznanja na tem področju izpričujejo stalne izboljšave v širokem spektru kategorij z velikim številom pacientov. Raziskovalni projekti v Veliki Britaniji in Nizozemskem so pokazali na izboljšanje na emocionalnem področju, v poznavanju, znanju, v komunikaciji in funkcionalnem obnašanju tistih, ki so obiskovali snoezelen.



Slika 2 Čutila

Vir: http://www.istockphoto.com/file_thumbview_approve/2307885/2/istockphoto_2307885-senses.jpg, dne 16.6.2010

7 OPREMA SNOEZELENA

Snoezelen soba je v celoti opremljena v nežne barvne odtenke, v njej so vodna postelja, bazen s kroglicami, posebni sedeži, bodisi masažnimi stoli ali sedeži, ki jim lahko spreminjamo obliko. Miz in stolov v sobi ni. V sobo se vstopi bos, soba ima seveda primerno temperaturo in možnost prezračevanja.

Vsi elementi za sedenje in ležanje so prevlečeni v umetno usnje.

Soba je zatemnjena, osvetlitev pa je odvisna predvsem od različnih svetil, laserjev ali projektorjev in je subjektivno nastavljiva.

K inventarju spada CD rekorder za predvajanje nežne naravne glasbe.

V sobi se ponavadi še nahajajo: vodni stolpi iz pleksi stekla z vodo in vzhajajočimi mehurčki, s pomočjo različnih svetil obarvani v različne barve, na steni so različna ogledala, ki popačijo perspektivo. Laserji in 3D projektorji pričarajo različne svetlobne efekte, taktilne table na steni učijo taktilnega čutenja.

Viseča krogla z majhnimi ogledalci naj ima premer cca. 30 cm. S pomočjo sevalnika pri katerem se menjajo barve, pričaramo na steni barvne svetleče vrtljive točke.

Zelo potreben pripomoček je tudi viseča mreža za vestibularno doživljanje.

UV luč spremeni flurescentne barve v močno sijajoče odtenke. Pri nakupu je potrebno paziti, da oddaja luč nizko UV sevanje, da ne pride do draženja oči.

Da se snoezelen soba doživi zares brez kotov in robov, jo je priporočljivo oblaziniti do 1 m visoko.

Pod vodno posteljo je priporočljivo namestiti zvočnike, preko katerih se prenaša akustično in vibratorno doživljanje.

Mreža z lučkami vel. 2,5 x 1,5 m pričara na stropu sobe zvezdno nebo.

Nepogrešljiv dodatek pri opremi sobe je aroma set za pripravo različnih aromatičnih terapij.

Drugi pripomočki:

bazen z žogicami, zvočne skrinje, enostavni glasbeni instrumenti, masažne žogice, svileni šali, svetlikajoči kamenčki, ročna lučka, baloni, različno težke vrečke napolnjene s peskom, magična krogla, plišaste živali, termovka, vrečke za tipanje, ročne lutke…

8 OPIS OPREME V SNOEZELENU

8. 1 Oblazinjenje

Če želimo doseči učinek sobe brez ostrih kotov, mora biti le-ta oblazinjena. Stene morajo biti oblazinjene do 1 m visoko in oblečene v usnje bledih odtenkov svetlih barv, da bodo razni svetlobni efekti vidni in bodo dosegli svoj namen.



Slika 3 Oblazinjena soba

Vir: http://www.ortosana.si/static/uploaded/htmlarea/images/IMG_0822_1.JPG, dne 16.6.2010

8. 2 Klimatska naprava

Pri izbiri načina klimatizacije upoštevamo:

- želje in potrebe uporabnika
- velikosti in namembnosti prostora (stanovanjski, delovni, proizvodnji, lokal…)
- lego prostora glede na stran neba (južna, severna…)
- način prezračevanja (naravno, uporaba ventilacije…)
- velikost in tip steklenih površin (panoramske stene, navadno steklo, termopan…)
- način gradnje prostora (zidaki, beton, mavčne stene, les, steklo…)
- kvaliteto izolacije (brez, slaba, dobra…)
- položaj prostora v stavbi (kletni, pritlični, v nadstropju, mansardni…)
- možnost izvedbe in izbiro tipa naprave (stenska, talna, stropna, vgradna …)
- način odvoda kondenza iz prostora (po naravni poti - stalni padec,uporaba črpalke…)
- prisotnost ljudi v prostoru (malo - veliko ljudi, otroci, odrasli, samo naprave…)
- potrebe po hlajenju, gretju, sušenju (nekaj ur dnevno, stalno…)

Glede na opisane in naštete zgornje dejavnike določimo tudi moč naprave. Pravilna izbira moči naprave je pomembna za samo delovanje naprave, udobje, porabo električne energije, življenjsko dobo in podobno.

Za dobro počutje v sprostitveni sobi bo zelo pomembna izbira visoko kakovostne klimatske naprave, ki bo poleg glavne naloge – hlajenja in gretja imela še funkciji razvlaževanja zraka in čiščenja zraka, še posebej v poletnih mesecih.

Sam sem izbral klimatsko napravo TOSHIBA SUPER DAISEIKAI:



Slika 4 Klimatska naprava TOSHIBA

Vir: http://www.klimatske-naprave.net/, dne 16.6.2010

8. 3 3D video projektor

3D videoprojektor projecira bodisi živo sliko ali pa fotografije na platno ali belo steno. Lahko ga uporabimo tudi za projekcijo živopisanih barv v povezavi z računalnikom. Uporabniki si lahko v tišini ali nežni glasbi ogledajo fotografije narave, ki pomirjajo in sproščajo, lahko si ogledajo animirani film, o katerem se kasneje pogovarjajo in sproščajo svojo domišljijo in kreativnost, lahko pa preprosto uživajo v spektru barv, ki jim v danem trenutku najbolj odgovarjajo.
Izbral sem DepthQ – WXGA HD 3D video projektor z odličnimi karakteristikami svetilnosti in možnostmi 3D projekcije.

The DepthQ®-WXGA HD 3D Video Projector



Slika 5 3D HD video projektor

Vir: http://www.depthq.com/projector.html, dne 16.6.2010

8. 4 3D projektor – planetarij

S pomočjo projektorja Bresser Home planetarium junior with shooting stars projection bomo lahko na strop sobe projicirali 3D sliko različnih osončij, planetov, zvezd in podobnih objektov.
Projektor bo postavljen na nosilcu, ki bo pritrjen na steno sobe.



Slika 6 3D planetarij Bresser Home

Vir: http://www.astroshop.eu/other-planetaria/bresser-home-planetarium-junior-with-shooting-stars-projection/p,18762?sid=e462477c863cbf394de36dc325b25c56, dne 16.6.2010

8. 5 LCD TV

Na eno od sten v sobi bo nameščen LCD TV zaslon, na katerega se bo lahko predvajalo tako statično kot gibljivo sliko. Za model sem izbral Samsung LE46C530F1 46" LCD TV sprejemnik, ki ga odlikujejo naslednje karakteristike:

Dimenzije: 1102,4 x 733,2 x 260,1 mm
Kontrast: high contrast
Diagonala zaslona: 46" (116 cm)
Full HD: DA
Ločljivost: 1920 x 1080 (Full HD)
Zvočniki: 2 x 10 W
Teletekst: 1000 strani
Funkcija slika v sliki: 1 sprejemnik
Samodejni izklop: DA
Samodejno iskanje programov: DA
Samodejno prilagajanje glasnosti: DA
Vhod in izhod: 3xHDMI, 1xUSB
Masa: 21,5 kg
Priloženo: daljinski upr., baterije, omrežni k, namestitveni CD
Ostalo: DVB-T, DVB-C, MPEG-4, 50 Hz



Slika 7 LCD TV

Vir: http://www.enaa.com/oddelki/avdioVideo/izd_2254_HLSSTLE46C530_Samsung_LE46C530F1_46__LCD_TV_sprejemnik, dne 16.6.2010

8. 6 Audio oprema

Multisenzorična soba je sama po sebi tiha soba in v njej je tišina. Izolacija sobe onemogoča vstop drugih zvokov iz zunanjega sveta.Tako so zvoki iz audio naprave čisti in se ne mešajo z zvoki iz okolja. Snoezelen zato nudi edinstveno priložnost poslušati samo zvoke iz naprave ali pa govor, ki ga ne motijo drugi zvoki. Na ta način definitivno lahko vplivamo na povečanje in izboljšanje komunikacije, ker oseba z motnjo v duševnem razvoju postane zbegana v množici zvokov in se ne more koncentrirati na komunikacijo, oz. na zvoke, ki pripadajo komunikaciji. Seveda nežna glasba iz audio naprave tudi pomirja in sprošča uporabnika. Zato je dobra audio naprava zelo potrebna v multimedijski multisenzorični sobi.
Kot audio opremo sem izbral kar cenovno ugodni domači kino Samsung HT-Z120T/EDC s surround zvokom, ki omogoča poslušanje različne glasbe v praktičnem mp3 formatu in omogoča gledanje žive slike fotografskih posnetkov na LCD televiziji.



Slika 8 Domači kino Samsung

Vir: http://www.mimovrste.com/artikel/1700035117/sistem-za-domaci-kino-samsung-ht-z120t-edc#, dne 16.6.2010

Karakteristike:

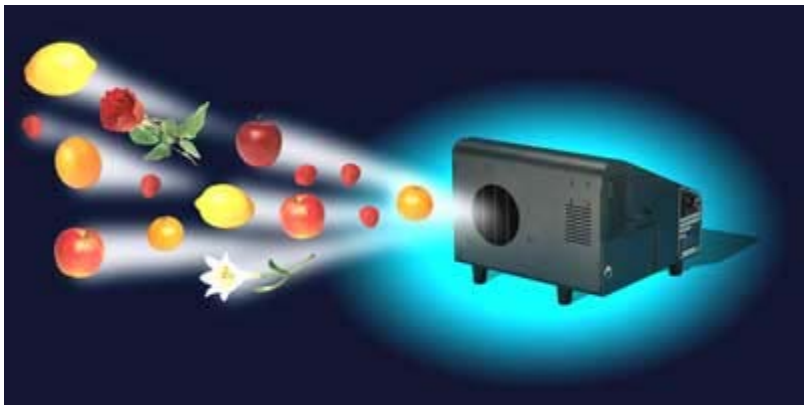
- podprti mediji: DVD-Video / DVD±R / DVD±RW / CD DA / CD-R / CD-RW
- podprti formati: DIVX (XVID) / MP3/ WMA / WMV / JPEG / MP3
- video sistem: PAL, NTSC
- video izhodi: kompozitni, komponentni
- video vhodi: USB avdio sistem Dolby Digital, Dolby Pro Logic II
- avdio vhodi: da
- daljinski upravljalnik: da
- zvočniki skupna izhodna moč: 330W
- dimenzije:
  glavna enota: 430 x 245 x 67 mm
  sredinski in ostali 4 zvočniki: 100 x 100 x 93 mm
  nizkotonec: 129 x 320 x250 mm
- masa:
  glavna enota: 2,5 kg
  sredinski in ostali 4 zvočniki: vsak po 0,3 kg
  nizkotonec: 2,7 kg
- barva: sijajno črna
- drugo:
  Karaoke: shramba za 200 skladb
  tehnologija Progressive scan
  funkcija CD ripping

8. 7 Naprava za aroma terapijo

Aromaterapijo lahko definiramo kot uporabo eteričnih olj za izboljšanje zdravja in telesne ter duhovne vitalnosti. Izvaja se z inhaliranjem, nanašanjem na kožo in uporabo v prostoru. S celostnim pristopom do posameznika želi aromaterapija uravnovesiti vse vidike osebnosti in izboljšati zdravje.

Njena značilnost je, da zdravi dušo in telo kot celoto, pri tem pa velja, da so bolezenska znamenja kazalci porušenega ravnovesja v organizmu, zdravljenje z eteričnimi olji pa le pomaga telesu, da ponovno vzpostavi to ravnovesje. To naj bi dosegli predvsem z vplivom dišav na možgane in limbični sistem, ki je odgovoren za vegetativne funkcije, čustvene reakcije, učenje in spomin. Prijetne vonjave dokazano sproščajo telo v stresnih situacijah, prav stres pa je tisti, ki v sodobnem svetu večkrat pripomore k razvoju bolj ali manj resnih zdravstvenih težav.

Aromatech deluje po sistemu pretoka zraka in ne uporablja toplote. Toplota razgradi občutljive esence arom, ta naprava pa razprši naravne vonjave različnih eteričnih olj, ki se uporabljajo za aromaterapijo. Po uporabi prostor prezračimo.

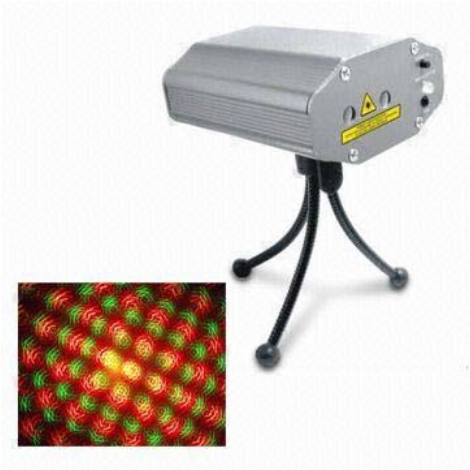


Slika 9 Naprava za aromaterapijo Aromatech

Vir: http://www.effectsco.com/index3.htm, dne 16.6.2010

8. 8 Laser z izmenjavanjem barv

Med veliko ponudbami iz zahodne Evrope, sem izbral cenovno ugoden mini laser kitajske družbe Shenzhen Mester Optoelectronic Technology Co., Ltd. Postavimo ga lahko kamorkoli v prostor, je premičen, ne zasede veliko prostora in zato še kako primeren za prostorsko bolj omejene snoezelene. Je nepogrešljiv, ker s svojimi barvnimi oblikami sproža fantazijo, sanjarjenje, pa tudi aktivno kreativnost uporabnikov.

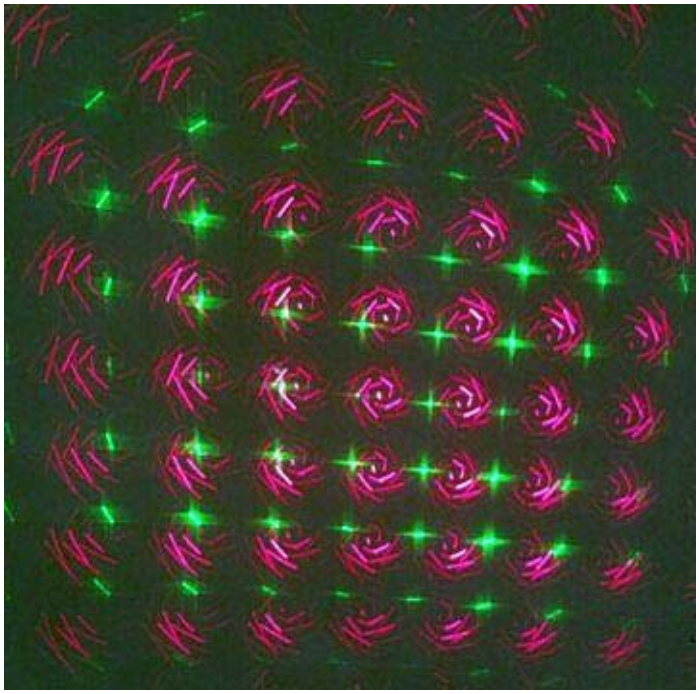


Slika 10 Mini laser Light

Vir: http://szmester.manufacturer.globalsources.com/si/6008831222750/LargeImage/Mini-Laser-Light/product_id-1030437559/action-GetProduct.htm, dne 16.6.2010

Tehnične lastnosti:
Vhodna napetost: 110-230V/50-60Hz
Vhodna moč: 4.5 W
Moč laserja: 532nm/50mW, 650nm/100mW
Izvor laserske beline: polprevodnik laserske svetlobe
Barvi laserja: zelena in rdeča
Funkcija daljinskega upravljalnika: infrardeče
Dimenzija: 118*85*45mm
Teža: 0.6kg
Certifikat: CE
Na voljo so še modra, oranžna, rdeča, siva in črna barva.

Primer laserskih oblik svetlobe:



Slika 11 Laserske oblike svetlobe

Vir: http://szmester.manufacturer.globalsources.com/si/6008831222750/LargeImage/Mini-Laser-Light/product_id-1030437559/action-GetProduct.htm?additional=true, dne 16.6.2010

8. 9 Usmerjeni reflektor s flower disco efekti

Reflektor z disco efekti je pritrjen na strop in se aktivira z zvokom iz zvočne naprave. S svojimi efekti sledi zvoku. Kot najbolj primerno napravo sem izbral reflektor **MF-1 EUROLITE.**



Slika 12 Reflektor MF1-EUROLITE

Vir: http://www.showlife.si/mf-1-eurolite.html, dne 16.6.2010

8. 10 Zrcalna krogla z motorjem (stroboskop)

Steklena krogla odbija različno svetlobo, ki je usmerjena vanjo. Pri tem nastanejo različni svetlobni efekti, ki lahko pozitivno vplivajo na uporabnika.



Slika 13 Steklena krogla

Vir: http://www.showlife.si/steklena-krogla-20-cm.html, dne 16.6.2010



Slika 14 Motor za stekleno kroglo

* Max. obremenitev: 3 kg

* Hitrost vrtenja: cca 1.5 kroga v minuti.

Vir: http://www.showlife.si/motor-za-stekleno-kroglo-md-1015.html, dne 16.6.2010

8. 11 Fotelj (masažni, vrtljivi)

Med ponudniki kvalitetnih masažnih stolov, ki so esencialni del snoezelena, namenjeni sproščanju in relaksaciji mišične zakrčenosti sem izbral stol SANYO DR7700 Gravity.



Slika 15 Masažni stol SANYO

Vir: http://www.imprint.si/index.php?klik=_stoliprikaz&murka=STOLIvsa/ELITNA/SANYO%20DR7700%20Gravity, dne 16.6.2010

Z uporabo tehnologije, namenjene ameriškim astronavtom (US vesoljni program), ta masažni stol posnema anti-gravitacijsko pozicijo in s tem omogoča maksimalno globinsko masažo. Masažni stol sprošča mišično napetost.

DIAGNOSTIKA

- S svojim globinskim senzorjem izmeri obremenjenost skozi tri kanale komuniciranja in temu primerno masira (te vrste senzor ima patentiran SANYO in noben drug masažni stol ne deluje na isti način).
- Senzorična meritev oblike telesa in zaznavanje višine prilagodi masažo.
- Zaznava akupunkturne točke,
- Ničelna pozicija (zero gravity) omogoča popolno razbremenitev hrbtenice. Masažni stol uporabnika nagne v tako imenovano ničelno pozicijo, kjer so noge nad srcem, s tem razbremeni hrbtenico, poveča kroženje krvi, sprosti hrbtne mišice in razširi kapaciteto pljuč za večji dovod kisika.

MASAŽNE FUNKCIJE

- Grelec stopal le - ta greje in skupaj z masažo tako ogreje celotno telo.
- Omogoča dodatno namestitev višine ramenskega predela.
- Ima osem avtomatičnih programov: štiri avtomatične programe, ki masirajo na podlagi senzoričnih meritev (napetost, sprostitev, dobro počutje in okrevanje), in tri splošne avtomatične programe, ki kombinirajo masažne tehnike (možno dodatno reguliranje).
- Ima en dodaten masažni program ZRAČNA MASAŽA, ki masira samo z zračnimi blazinami po celem telesu, od vratu to prstov na nogah in osem masažnih tehnik masiranja (shiatsu, trepljanje, gnetenje, kombinacija gnetenja in pritiskanja, raztezanja v treh izbirah, ročni oprijem, zračna masaža.
- Namestitev širine in hitrosti masiranja - jakost tako pri ročno nastavljivih masažnih tehnikah kot pri avtomatičnih programih.

8. 12 Sedežna vreča

Vreča je kvadratne oblike, dimenzija 180x150cm. Na voljo je petnajst različnih barv. Vrečo lahko zaradi velike dimenzije uporabljamo kot ležišče, kot fotelj, kot dvosed ... Omogoča vsaj 6 različnih položajev sedenja ali ležanja. Vedno se prilagodi telesu, tako da omogoča kar najudobnejše sedenje.



Slika 16 Sedežna vreča

Vir: http://www.sitonit.si/, dne 16.6.2010

8. 13 Vodna postelja

Vodna postelja ima pred klasičnim ležiščem marsikatere prednosti. Tri poglavitne pa so:

- Podpora telesu na vodni postelji je idealna.
- Vodna postelja je ogrevana.
- V vodni postelji vlada popolna higiena, ni primerna za razvoj pršic ali drugih mikroorganizmov.

Na vodni postelji je počutje sproščujoče, ker se površina prilega telesu in mu dovoljuje, da se popolnoma vleže in sprosti. Kot primerno vodno posteljo smatram vodno posteljo Sleep line Quatro deluxe.



Slika 17 Vodna postelja

Vir: http://www.vodna-postelja-na-dom.si/vodne-postelje#quatro, dne 16.6.2010



Slika 18 Vodna postelja-sestava

Vir: http://www.vodne-postelje.com/vodne-postelje/sestava/index.php, dne 16.6.2010

Vodno posteljo pa bi opremil še z dvema nizkotonskima zvočnikoma znamke ESX Quantum QX154, ki bi jih pritrdil na dno vodne postelje. Oba zvočnika bi povezal s CD predvajalnikom znamke PIONEER PD-D9-J preko stereo ojačevalca YAMAHA T 5N. Zvočnika bi služila predvajanju nasnetih bas ritmov v taktu bitja srca in počasnejših taktih. Preko dna vodne postelje bi se zvok prenašal na vodno osnovo, ki bi vibrirala v taktu zvoka, le-to bi čutil uporabnik, ki bi se umiril, ali pa sinhroniziral z normalnim taktom bitja srca. Vibracije, ki bi jih čutil uporabnik, bi služile umirjanju srčnega utripa, posledično pa sproščanju in dobremu počutju.



Slika 19 Zvočnik ESX Quantum QX154

Vir: http://www.mimovrste.com/artikel/1340044319/nizkotonski-zvocnik-esx-quantum-qx1541, dne 16.6.2010



Slika 20 HI-FI Audio predvajalnik PIONEER

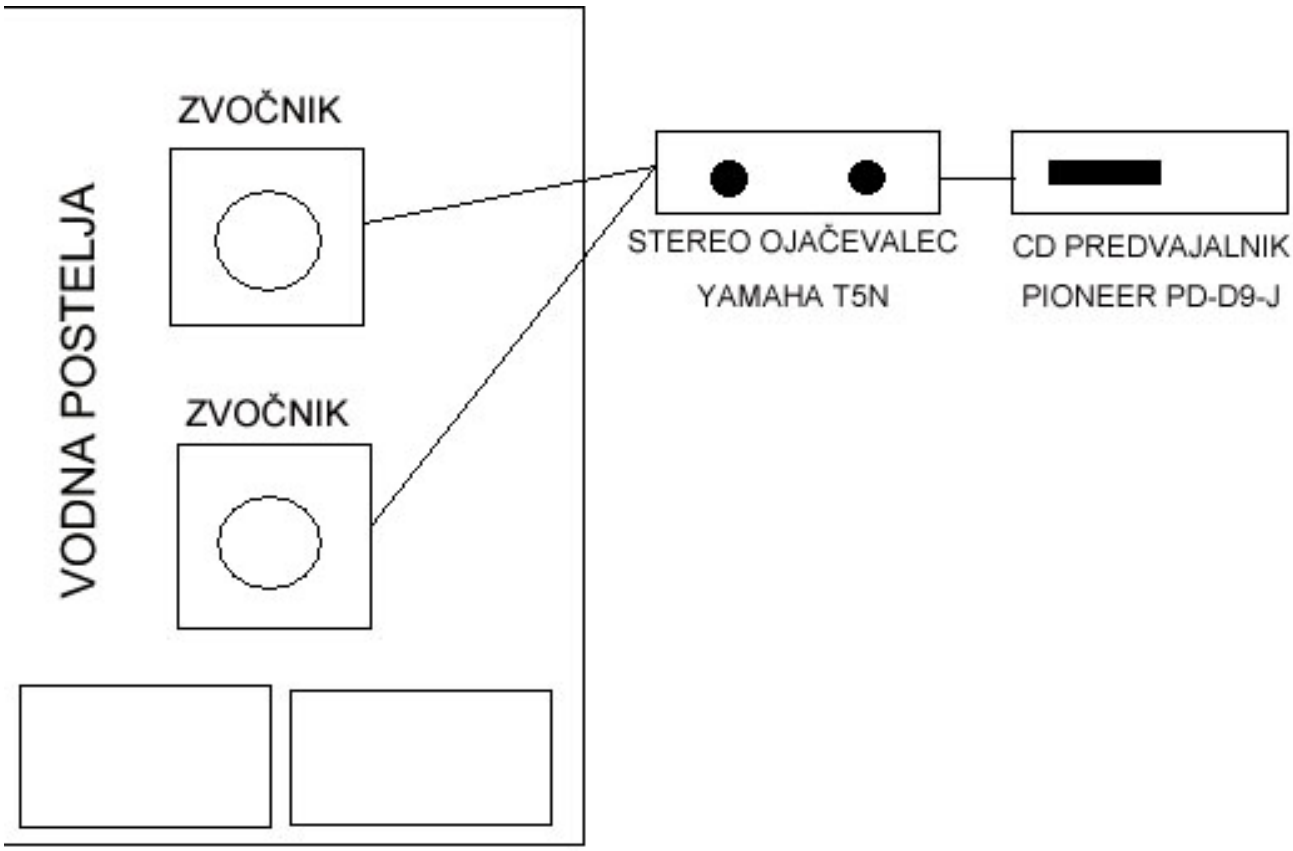
http://pioneerusa.com/PUSA/Products/HomeEntertainment/AudioComponents/Hi-FiAudio/ci.PD-D9-J.Kuro, dne 16.6.2010



Slika 21 YAMAHA stereo ojačevalec zvoka

Vir: http://www.fullcompass.com/product/331892.html, dne 16.6.2010

PRIMER POVEZAVE:



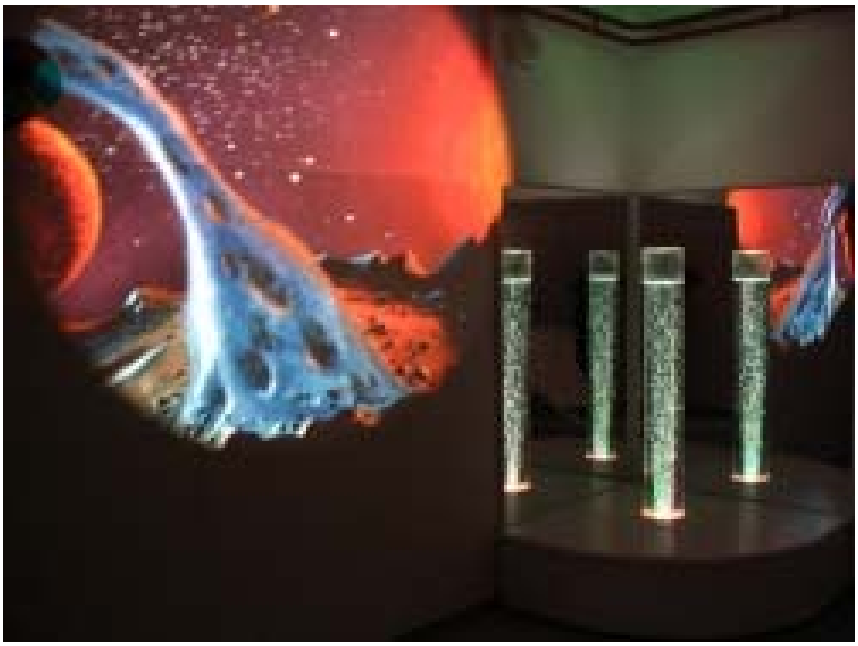
Slika 22 Povezava audio naprave z zvočniki

Vir: lastna risba, dne 16.6.2010

8. 14 Vodni stolp

Vodni stolpi so pomembni multimedijski pripomočki v snoezelenu. Lahko so različnih velikosti in različnih obsegov, skupno pa jim je to, da skozi vodo, s katerimi so napolnjeni, potujejo zračni mehurčki različnih velikosti in z različno hitrostjo. Vodni stolpi so osvetljeni z različnimi barvami, vzpodbujajo pa domišljijo, sanjarjenje, vzbujajo kreativnost pri uporabnikih in seveda tudi sproščajo.

Različni primeri vodnih stolpov:



Slika 23 Vodni stolpi

Vir: http://www.ortosana.si/si/ponudba/snoezelen/27/, dne 16.6.2010

8. 15 Bazen z barvnimi žogicami

Bazen z barvnimi žogicami je pomemben del multisenzorične sobe. Za osebe z motnjo v duševnem razvoju pomeni predvsem možnost stika z drugo materijo, ki deluje živo, se giblje ob telesu in ga sprošča. Pomemben terapevtski pripomoček je tudi za osebe z motnjo v duševnem razvoju, ki so zavrte, zakrčene, se bojijo vstopa druge osebe v njihov osebni prostor, kaj šele intimni in za katere terapevt ne najde vstopa v njihovo duhovnost. Sam sem doživel primer popolnoma vase zaprte in nezaupljive osebe, ki je z mano poiskala fizični stik v bazenu s kroglicami na podlagi dotika z rokami, nato pa se je začela »topiti« in odpirati. Po tej izkušnji je bil dostop do nje lažji in bolj odprt. Popolnoma pa se je sprostila kasneje na vodni postelji.

Bazen je sestavljen iz sestavljivih, oblazinjenih zunanjih delov, mehkega poda, napolnjen pa je z raznobarvnimi žogicami iz mehke plastike.



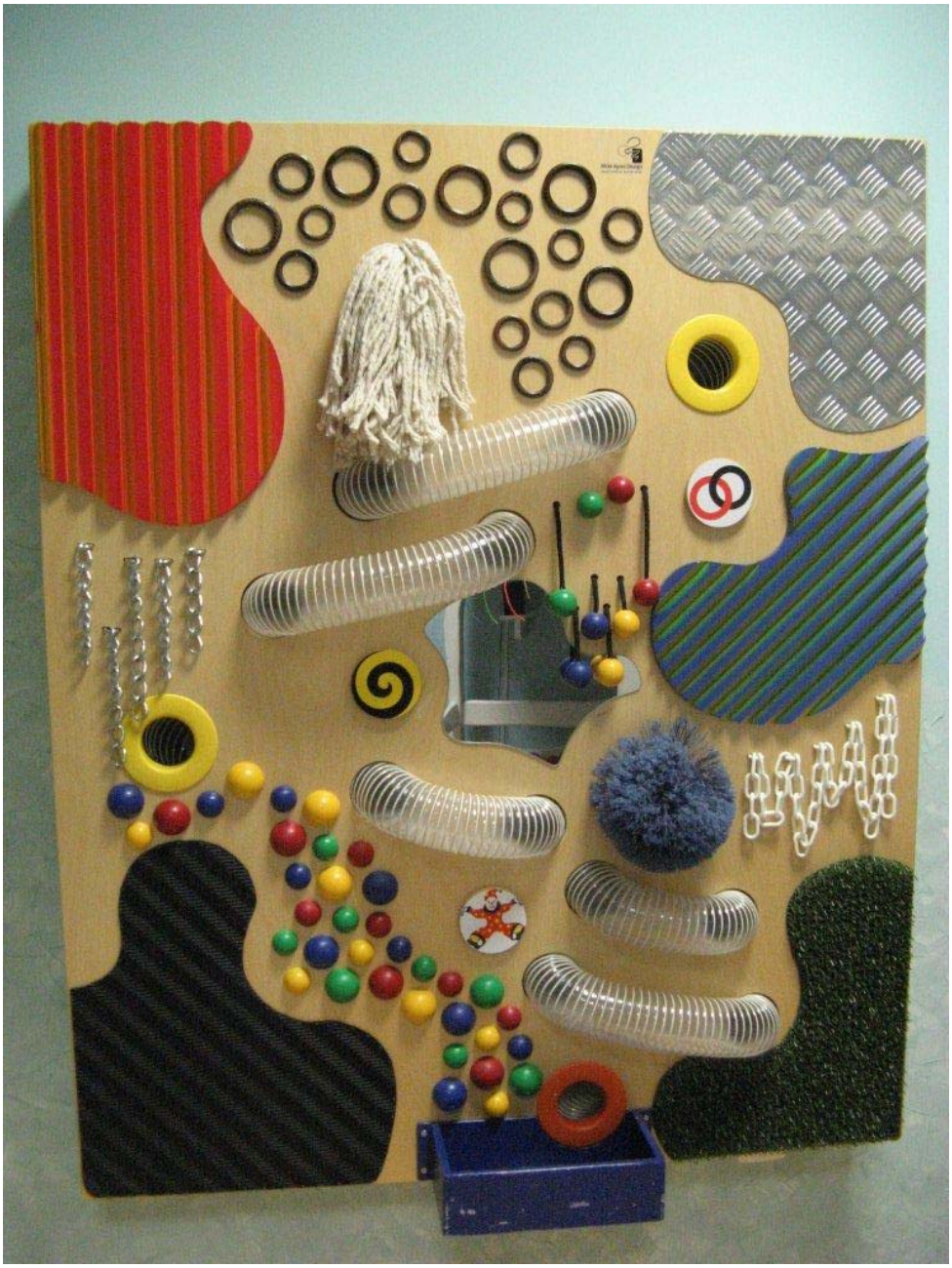
Slika 24 Otroci v bazenu z žogicami

Vir: http://scrapetv.com/News/News%20Pages/Science/images-2/ball-pool.jpg, dne 16.6.2010

Vir: http://www.lakeshorelearning.com/media/images/products/full/cb340_f.jpg, dne 16.6.2010

8. 16 Taktilne table

Taktilne table so namenjene dotikanju, občutenju skozi dotik. Ponavadi visijo na stenah in izgledajo kot nekakšni reliefi različnih površin in oblik. Uporabniki se jih zelo radi dotikajo in tako spoznavajo pojme, kot so trdo, mehko, ravno, krivo, grobo, fino…



Slika 25 Primer taktilne table

Vir: lastna fotografija, dne 16.6.2010

9 PRIMERI UČNIH ENOT

9. 1 Spoznavanje sobe

CILJI:

— Spoznati se z orodjem in pripomočki v sobi

— Preizkusiti naprave za počivanje

— Sprejemati različne vizualne efekte

- Izkusiti kombinacije luči

— Specificirati osebne preference po določenih pripomočkih ali počivalnih mestih

— Zavedati se koncentriranega vdiha in izdiha

— Izkusiti mirnost in relaksacijo

9. 2 Raziskovanje sobe

CILJI:

— Stimulirati domišljijo in kreativnost

— Razkrajati napetost

— Delati skupaj v skupini

— Razvijati pomnjenje

— Razvijati koncentracijo

— Kreirati glasbo

9. 3 Izkusiti efekte valjev z mehurčki

CILJI:

— Razvijati pozornost in koncentracijo

— Razvijati fiksacijo na vizualne dražljaje

— Trenirati/izboljšati koncentracijo

— Stimulirati taktilna področja dotika določenih delov telesa

— Vzpodbujati skupinsko delo

— Motivirati domišljijo in kreativnost

— Izkusiti mirnost in sproščenost

9. 4 Dotikati se in biti dotaknjen

CILJI:

— Stimulirati površino kože na taktilen način

— Izkusiti dotik na zaveden in nezaveden način

— Prakticirati človeški zemljevid

— Občutiti teksture materialov

— Občutiti in razvrstiti zvoke

— Prilagoditi gibanje hitrosti in volumnu

— Prilagoditi se partnerju

— Sprostiti se

9. 5. Odkrivati materiale in jih uporabljati kot izvor zvoka

CILJI:

— Narediti lasten komplet glasbenih instrumentov

— Raziskati in izkusiti karakteristike glasbenega kompleta

— Vaditi veščine in koordinacijo

— Vaditi moč

— Biti obziren

— Raziskati možnosti zvoka, ki jih izvablja s teh instrumentov

— Vaditi ritmično kreativnost

— Ustvarjati glasbo

9. 6. Uporabljati podobe, slike, da ustvarimo zgodbo

CILJI:

— Združiti podobe, slike v zgodbo

— Združiti zgodbo z zvokom

— Biti skupaj v skupini kreativen

— Izražati se

— Pripovedovati smiselno zgodbo

9. 7 Uporabljati zvoke za stimulacijo domišljije

CILJI:

— Združiti vizualne medije v sobi z zvokom

— Združiti zvok z vizualno impresijo

— Razviti sliko z zvokom s pomočjo

— Spoznati praktično uporabo optičnih pripomočkov

— Združiti glasbo z optičnim medijem

— Pripomoči k rešitvam

9. 8 Uporabljati okus in vonj za vzpodbudo domišljije

CILJI:

— Razlikovati med različnimi vonjavami

— Relaksirati se

— Vizualna percepcija

— Govor in nadomestna komunikacija

— Vzbujati spomine

— Vonji in okusi

— Razvijati ideje

9. 9 Združiti vizualen stimuli z ritmom in zvoki

CILJI:

— Poslušati instrumente in jih povezati s svetlobnimi efekti

— Izbrati instrumente, ki se skladajo s svetlobnimi efekti

— Sporazumeti se v skupini in prevzeti odgovornost

— Biti pozoren in koncentriran

— Skupaj ustvarjati glasbo

— Motivirati domišljijo

— Sprostiti se

9. 10 Svetlobna in zvočna meditacija

CILJI:

— Sprejemati in obnašati se na miren način

— Vztrajati v tišini

— Koncentrirati se

— Osredotočiti se na različne svetlobne efekte

— Sinhronizirati gibanje v skupini

— Gibati se počasi

9. 11 Doživeti podvodno zgodbo

CILJI:

— Imitirati plavanje in potapljanje v bazenu s kroglicami

— Izkusiti spremembe gibanja

— Stimulirati domišljijo

— Biti sposoben predstavljati sebe v različnih situacijah

— Občutiti sprostitev skozi verbalna navodila

— Izraziti se na verbalen način

— Poslušati

9. 12 Koncentrirati se

CILJI:

— Zapomniti si različne stvari

— Biti pozoren na predmete

— Sestaviti zgodbo

— Stimulirati domišljijo

— Biti kreativen pri izdelovanju umetniškega izdelka

— Sprostiti se

(Mertens, 2008, 34,35,36,37,38)

10 ANALIZA VPRAŠALNIKA UPORABNIKOM Z ZVIŠANO SPOSOBNOSTJO VERBALNE KOMUNIKACIJE

Anketo je izpolnilo trideset gojencev in varovancev. Vsi med njimi so bili redni uporabniki multisenzorične sobe. Med redne uporabnike štejem tiste, ki jo vsaj enkrat na mesec po potrebi ali po urniku obiščejo in se zadržujejo v njej najmanj 20 minut. Uporabniki, zajeti v tej anketi, so bili gojenci iz usposabljanja, stari do 26 let in varovanci varstveno delovnega centra stari nad 26 let. Njihovi odgovori so si bili precej podobni, dovoljenih pa je bilo hkrati več odgovorov, ker bi se uporabniki sicer težko identificirali samo v enem.

Na prvo vprašanje je odgovorilo vseh trideset uporabnikom z odgovorom b, šestnajst uporabnikov je odgovorilo z odgovoroma a in b, nihče pa ni odgovoril samo z odgovorom b. Odgovori so bili smiselni, ker glede na naravo dela v usposabljanju in VDC, vse delo poteka po urniku in bi uporabniki težko obiskovali multisenzorično sobo, izven zanje predvidenega urnika, čeprav se pedagoško osebje trudi zadovoljiti tudi posamične želje. Šestnajst uporabnikov z zvišano sposobnostjo komunikacije in večjo samostojnostjo pa uporabljajo ta terapevtski pripomoček tudi sami v svojem prostem času.

Na drugo vprašanje je 21 uporabnikov odgovorilo, da si želijo obiska multisenzorične sobe, kadar so vznemirjeni, jezni ali osamljeni, devet pa jih je zraven teh treh odgovorov napisalo, da si želijo obiska ali da jo obiščejo tudi, kadar so veseli.

Večina uporabnikov – triindvajset - gre več kot trikrat na mesec v multisenzorično sobo, kar daje vedeti, da je le ta priljubljena in, da se jo redno poslužujejo. Samo sedem uporabnikov, ki uporabljajo sobo, jo obišče samo dvakrat mesečno.

Samo en uporabnik obiskuje multisenzorično sobo sam (ima svoj ključ), vseh devetindvajset ostalih anketiranih pa jo obiskuje z vzgojitelji ali prijatelji, da lahko med seboj komunicirajo in si delijo občutke.

V sobi se nihče ne zadržuje manj kot 15 minut, pet med njimi do trideset minut, petindvajset pa jo koristi več kot trideset minut. Multisenzorična soba je čaroben svet, kjer čas hitro izgubi dimenzijo.

Kar se tiče pripomočkov v multisenzorični sobi, pozna vseh trideset anketiranih vse pripomočke in prav vse tudi koristijo, odvisno od počutja na dan obiska. Večinoma koristijo kombinacije taktilnih, zvočnih in svetlobnih pripomočkov, vendar uporabljajo tudi aromaterapijo in okušalne pripomočke.

Triindvajset anketiranih sami poskrbijo za delovanje pripomočkov, sedem pa jih za to prosi vzgojitelja ali prijatelja, ki jim pomaga uporabiti določene pripomočke, seveda, po njihovih navodilih. Multisenzorična soba je svet, ki ga vzpostavi vsak posameznik sam.

Na predzadnje vprašanje so vsi uporabniki obkrožili vse odgovore, na zadnje pa vsi brez izjeme prvi odgovor, kar pomeni, da obiskujejo sobo, ko so sami, ker se tam nekaj dogaja, ker se tam sprostijo, ker jim je tam lepo in ker lahko povejo kaj zaupnega vzgojitelju ali prijatelju. Sobo zapustijo prav vsi umirjeni in zadovoljni.

Iz vseh odgovorov je razvidno, da uporabniki sobo radi obiskujejo, ostanejo v njej dalj časa, jim veliko pomeni, jih sprošča, razveseljuje, v njih budi željo po kreativnosti, odpiranju in hkrati razkraja agresijo.

11 ANALIZA VPRAŠALNIKA ZA UPORABNIKE Z ZNIŽANO SPOSOBNOSTJO VERBALNEGA KOMUNICIRANJA

Desetim osebam s težjo in težko motnjo v duševnem razvoju, ki obiskujejo multisenzorično sobo, imajo znižano sposobnostjo komuniciranja in zato sobo koristijo s pomočjo vzgojitelja, sem pokazal vprašalnik.

Vseh deset je pokazalo z roko na nasmejan obraz, kar pomeni, da jim obiski v multisenzorični sobi veliko pomenijo in da jih osrečujejo.

12 ZAKLJUČNE UGOTOVITVE

V tem poglavju bom predstavil ključne ugotovitve obeh anket. Anketo za osebe z motnjo v duševnem razvoju z zvišano sposobnostjo komunikacije in s tem tudi samostojnosti je bilo lažje izvesti kot anketo za osebe z motnjo v duševnem razvoju z nižjo sposobnostjo komunikacije, ker imajo le-te ponavadi še druge telesne motnje (spastičnost, multiplo sklerozo, ipd…).

Pri zaključnih ugotovitvah nisem uporabil grafov iz dveh razlogov: podatki se preveč prekrivajo in so razen frekvence obiskovanja snoezelena trenutno ali pa vsaj dnevno spremenljivi in se je težko orientirati po njih, oziroma, le-ti povedo zelo malo.

Osebe z zvišano sposobnostjo komunikacije so večinoma z verbalno komunikacijo povedale oz. artikulirale njihove občutke.

Vse zelo rade zahajajo v snoezelen, tja zahajajo po potrebi, ko se počutijo utesnjene, slabe volje, živčne ali žalostne. V snoezelen pa zahajajo tudi po urniku, ker ga imajo osebe z manj prilagojenimi vedenjskimi vzorci, osebe, ki so velikokrat slabe volje, jim niha razpoloženje, so agresivne ali avtoagresivne v njihovem individualnem programu rehabilitacije, torej na urniku. Niče izmed anketiranih oseb ne zahaja vanj zgolj po urniku, ker bi bilo to preredko (veliko vključenih, en sam prostor), rabijo pa ga pogosteje.

Snoezelen uporabljajo, kadar so slabe volje, kadar čutijo utesnjenost, razdraženost, napetost…, le nekaj njih pa gre vanj tudi, ko so dobre volje in veseli. Vsi se poslužujejo vseh multimedijskih tehnik, odvisno od počutja. Vsem je všeč, da si lahko prostor zgradijo po svoji volji in uporaba tehnologije je odvisna samo od njih. V snoezelenu se vsi brez izjeme počutijo varne in sprejete.

Težje je bilo analizirati občutke oseb z znižano sposobnostjo komunikacije. Njihov komunikacijski odziv je nam zelo slabo razumljiv, posamezno osebo je treba dobro poznati, da jo vsaj malo lahko razumemo. Pri tem si pomagamo z različnimi komunikacijskimi tehnikami: poznavanju neverbalne komunikacije ali uvajanju nadomestne komunikacije z barvnimi sličicami PECS (picture exchange communication system) ali različnimi elektronskimi komunikatorji. Pri tej analizi sem si jaz pomagal zgolj z vprašalnikom za osebe

z znižano sposobnostjo komunikacije, ki ima na voljo nekaj splošnih in jasnih sličic in ga takega ali podobnega uporabljajo tudi drugje po Evropi.
Odgovor vseh oseb z znižano sposobnostjo komunikacije je jasen in nedvoumen. Prav vsi so iz multisenzorične sobe prišli zadovoljni.
Snoezelen ali multisenzorična soba dokazano vpliva na človekovo počutje pozitivno.

Za osebe z motnjo v duševnem razvoju je prav gotovo velika pridobitev, ki jih sprošča, jim omogoča lastno kreativnost, razkraja agresijo in avtoagresijo in jih razveseljuje.

13 ZAKLJUČEK

Zaradi prevelikega števila zunanjih dražljajev ne trpijo samo ljudje z duševno prizadetostjo. Nihče ne more predelati množico informacij in čutnih dražljajev, ki vsakodnevno vplivajo na pozameznika. Hiter tempo življenja nam pri tem ne dopušča časa za sprostitev. Otroci reagirajo pogosto s simptomi, kot so nezmožnost koncentracije, hiperaktivnost, nervoza in agresivno vedenje. Zaradi tega so potrebne igre za sprostitev in senzibiliziranje čutil. Soba snoezelen deluje na otroke kot rov, ki ga otroci radi gradijo in ki jim z odejami pokrit nudi nekakšno zavetje in občutek varnosti. Zaradi posebne opreme snoezelen soba nudi to varnost, ki privede do sprostitve. Vzporedno vabi dodatna ponudba materialov za čutila, naj bodo to svetlobni refleksi, nežna glasba z naravnimi zvoki ali izbran vonj iz aromatskega seta na sprehod s čutnimi zaznavanji.

Snoezelen je okolje, ki nam pomaga regenerirati sposobnost dojemanja, pridobivati na socialnih odnosih, povečati kreativnost, predvsem pa nam pomaga zmanjšati tenzije v tem ponorelem svetu in nam za nekaj časa ponudi varno in po naših željah prirejeno okolje.

Ja, multimedija v službi človeka.

14 LITERATURA IN VIRI

LITERATURA

1. Mertens, K.: *Snoezelen - in action,* Shaker Verlag GmbH, Aachen, 2008.
2. Ayres, A. J.: *Sensory integration and the child,* Western Psychological Services, Los Angeles, California, 1979.
3. Hulsegge, J. in Verheul, A.: *Snoezelen™ Another World,* London, Rompa, 1987.
4. Več avtorjev: *interna skripta: Snoezelen-uporaba,* Center za usposabljanje, delo in varstvo Črna na Koroškem, 1996.

VIRI

1. http://en.wikipedia.org/wiki/Snoezelen, dne 16.6.2010
2. http://www.flaghouse.com/SnoezelenAL.asp, dne 16.6.2010
3. http://www.isna.de/, dne 16.6.2010
4. http://www.snoezeleninfo.com/, dne 16.6.2010
5. http://www.poldestrazisar.si/index.php?option=com_content&view=article&id=37&Itemid=44, dne 16.6.2010
6. http://www.alzinfo.org/newsarticle/templates/archivenewstemplate.asp?articleid=35&zoneid=8, dne 16.6.2010
7. http://www.oregonlive.com/health/index.ssf/2009/07/snoezelen_room_helps_balance_t.html, dne 16.6.2010
8. http://www.peicod.pe.ca/sno-terms.htm, dne 16.6.2010
9. http://www.emago.si/index.php?option=com_content&task=view&id=80&Itemid=65, dne 16.6.2010

15 PRILOGE

Priloga 1: Vprašalnik uporabnikom z zvišano sposobnostjo verbalne komunikacije

Priloga 2: Vprašalnik za uporabnike z znižano sposobnostjo verbalnega komuniciranja

15. 1 Vprašalnik uporabnikom z zvišano sposobnostjo verbalne komunikacije

1. Kdaj zahajaš v snoezelen?
    - Po potrebi (želji)
    - Po urniku

2. V snoezelen si želim/grem, kadar sem:
    - Vesel
    - Žalosten
    - Umirjen
    - Vznemirjen
    - Jezen
    - Osamljen

3. Kolikokrat mesečno obiščeš snoezelen?
    - 1x
    - 2x
    - 3x
    - Več kot to

4. Kako koristiš snoezelen?
    - Sam
    - S prijatelji/vzgojitelji

5. Koliko časa se zadržuješ v snoezelenu?
    - Manj kot 15 minut
    - Od 15 do 30 minut
    - Več kot 30 minut

6. Katere pripomočke v snoezelenu koristiš?
    - Svetlobne/vizuelne:
        - vodni stolp
        - flourescentna luč
        - projektor/planetarij
    - Zvočne/avditivne:
        - glasba
        - ritem

- Tipalne/taktilne:
    - vodna postelja
    - masažni stol
    - bazen z žogicami
    - taktilna tabla
    - ritem
- Vonjalne/olfaktorne:
    - aromoterapija
- Okušalne/gustatorne:
    - eksotično sadje
    - razni napitki

7. Kdo poskrbi za delovanje pripomočkov v snoezelenu?
    - Sam
    - Vzgojitelj
    - Prijatelj

8. Zakaj obiskuješ snoezelen?
    - Tam sem sam – umik v samoto
    - Tam se dogaja, ni mi dolgčas
    - Tam se sprostim, pozabim na težave
    - Tam lahko vzgojitelju povem marsikaj
    - Tam mi je lepo

9. Kako se počutiš, ko zapuščaš snoezelen?
    - Umirjeno, sproščeno
    - Nemirno, živčno

15. 2 Vprašalnik za uporabnike z znižano sposobnostjo verbalnega komuniciranja

KAKO SE POČUTIM ZDAJ?



DOBRO	SLABO	NE VEM
ZBUJENO	UTRUJENO	NE VEM
VEDRO	ŽALOSTNO	NE VEM
UMIRJENO	NEMIRNO	NE VEM
VESELO	NESREČNO	NE VEM

Ime in priimek_____
Datum_____
Čas v snoezelenu_____

(Mertens, 2008, 39)