

SNOEZELN MULTISENSORINIŲ APLINKŲ NAUDOJIMAS PSICHIATRIJOJE

Kas yra Snoezelen?



Snoezelen® yra multisensorinė aplinka, skirta skatinti pirminius lytėjimo, skonio, regos, garso, kvapo ir judėjimo pojūčius be intelektualinės veiklos poreikio. Pasitikėjimo ir atsipalaidavimo pojūtis yra kuriami per palankią aplinką. Šios sensorinės aplinkos esmė yra ta, kad asmenys individualiai pasirenka tempą, laiką, vietą ir galimybę patekti į aplinką.

Žodis "Snoezelen" nėra mokslinis pavadinimas. Jis kilęs iš dviejų olandų žodžių "snuffeln"- (apuostyti, ieškoti) ir „doezelen“-(snausti, atsipalaiduoti). Iš pradžių Snoezelen® multisensoriniai kambariai ir produktai neturėjo kito tikslo, išskyrus suteikti malonumą, tačiau per pastaruosius 30 metų jų naudojimas buvo išplėstas ir šiuo metu jie skirti visų amžiaus grupių ir gebėjimų asmenims.

Snoezelen® - tai jutimo erdvė ar kambarys, dažniausiai baltas, užpildytas minkštaisiais ir vibruojančiais baldais, specialiais projektoriais, sukuriančiais specialiuosius apšvietimo efektus ir spalvas, garso aparatūros su atpalaiduojančia muzika, ir aromaterapijos įrangos su įvairiais kvapais.

Tyrimai parodė, kad Snoezelen®:

- Stimuliuoja pojūčius
- Yra alternatyva vaistams ir izoliacijai
- Padidina funkcionalumą, sąmoningumą ir dėmesį
- Pagerina apetitą, atmintį, pažinimą ir kalbą
- Sustiprina laimės jausmą
- Ragina judėjimą, laikysenos pokyčius
- Pagerina santykius
- Mažina agresiją, prievartą, nerimą ir blaškymąsi

Šiuo metu Snoezelen® sensoriniai kambariai yra daugelyje įstaigų, pavyzdžiui, vaikų darželiuose, naujų žaidimų skyriuose, ligoninėse, vaiko raidos centruose, slaugos ligoninėse, bendrojo lavinimo mokyklose, slaugos ir globos įstaigose, taip pat specialiųjų poreikių mokyklose.

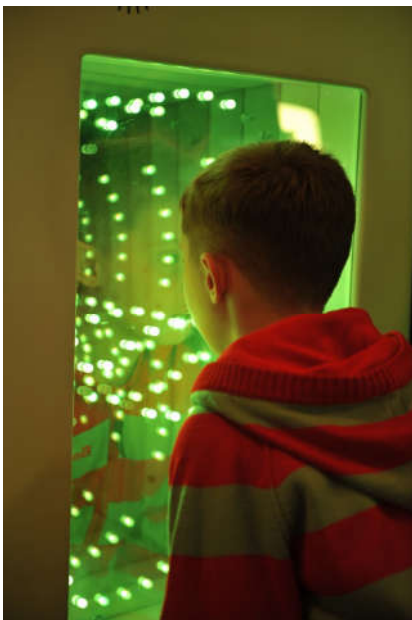
Psichikos sveikatos padaliniai taip pat pradeda naudoti ir įvertinti multisensorinių kambarių naudą. Gydymas šių kambarių pagalba yra įrašomas į gydymo planus, pabrėžiant saugą ir krizių baimę. Veikla padeda išvengti personalo įsikišimo į asmens savireguliacijos procesą.

Snoezelen kambariuose terapiniai seansai gali būti skiriami asmenims su įvairiais neurologiniais bei psichiniais susirgimais. Tyrimai parodė, kad daugiasensorinė terapija teigiamai veikia asmenis su protiniu atsilikimu, Autizmu, Demencija, depresija, atminties sutrikimais, miego sutrikimais, nuotaikos svyravimais, agresijos priepuoliais, elgesio ir emociniais sutrikimais. Snoezelen terapija gali būti taikoma pacientams, besigydančioms ambulatoriškai, bei stacionare. Snoezelen sesijos taip pat duoda teigiamus rezultatus moterims, kenčiančioms nuo pogrindinės depresijos, vaikams ir paaugliams su elgesio ir emociniais sutrikimais. Daugelis atliktų tyrimų parodo, kad daugiasensorinė terapija sumažina vaistų vartojimą, nuramina pacientus ir pagerina santykius tarp paciento ir terapeuto. Snoezelen kambariuose galima vykdyti ir kitas sesijas bei užsiėmimus, tai tik padidina jų efektyvumą.

Daugiasensorinė Snoezelen terapija – puiki alternatyva esamiems psichinių sutrikimų gydymo būdams, ir tuo pačiu juos papildanti. Lietuvoje dar nėra daug įstaigų, taikančių daugiasensorinę terapiją, trūksta metodinės medžiagos, rezultatų vertinimo priemonių, todėl Snoezelen kambario įrengimas universitetinėje ligoninėje būtų puiki galimybė ne tik taikyti inovatyvų terapijos būdą, bet ir atlikti mokslinius tyrimus, kurti vertinimo metodikas.

Snoezelen Autizmo spektro sutrikimus turintiems žmonėms

Apžvalga



Autizmas apibūdina sutrikimų, pasireiškiančių sunkiais simptomais bei ypatybėmis, spektrą. Šios ypatybės sąlygoja žmogaus gebėjimus socializuotis, bendrauti artimoje ir neartimoje aplinkoje. Autizmu sergantiems žmonėms gali pasireikšti per didelis arba per mažas jautrumas garsui, prisilietimams, skoniui, kvapams bei šviesai. Daugeliu atvejų, autizmui charakteringi simptomai pasireiškia vaikams nuo 12 iki 36 mėnesių amžiaus. Jungtinėje Karalystėje yra daugiau nei pusė milijono sergančiųjų autizmu (Baird et al., 2006) ir nuo 1990-ųjų metų pradžios sergančiųjų autizmu skaičius nuolat auga. Būtina parinkti tinkamą sensorinę stimuliaciją, kuri palengvintų bei plėtotų bendravimą, tuo pat metu sukuriant sensorinę aplinką, patenkinančią pojūčių apdorojimo poreikius.

Autistams bendravimas su kitais gali būti iššūkiu, o buvimas juos supančioje sensorinėje aplinkoje gali tapti nepakeliamu. Todėl gali paūmėti stereotipinės bei elgesio problemos. Pakeitus sensorinį poreikį bei sutelkus dėmesį į gebėjimus, šių, neįprasto elgesio, problemų kiekį galima sumažinti. Toks pakeitimas taip pat gali padėti pojūčių bei informacijos apdorojimui, todėl bus mažiau problemų pilnametystės amžiuje. Jei vaikas turi sunkumų interpretuoti sensorinę patirtį, galima suprasti, kodėl jis mato pasaulį kitokį nei mes. Viena iš priemonių,

galinčių padėti apdoroti pojūčius, yra „Snoezelen“ aplinka. „Snoezelen“ suteikia sensorinės stimuliacijos spektrą, kurį galima pritaikyti pagal sergančiųjų autizmu poreikį, siekiant valdyti pojūčių apdorojimą bei padėti pasirengti įsitraukti į prasmingą veiklą.

Autizmu sergančiųjų žmonių elgesys apima tris pagrindinius komponentus. Tai: sutrikusi socialinė sąveika, sutrikęs bendravimas bei sutrikęs sensorinis apdorojimas.

* Socialinėje sąveikoje pasireiškia ribotas akių kontaktas, veido išraiškos bei socialiniai gestai. „Snoezelen“ nesiremia tiesiogine socialine sąveika, todėl yra priimtina nepriklausomai nuo socialinių įgūdžių lygmens. Užsiėmimai gali būti koreguojami, siekiant palengvinti savarankišką, lygiagrečią bei bendradarbiavimo sąveiką.

* Sutrikus bendravimui, sergantys autizmu vaikai, dažnai pavėluotai išmoksta suprasti kalbą bei kalbėti. „Snoezelen“ gali būti naudojama su perėjimais (pakeitimais), siekiant sustiprinti bendravimą bei mokymąsi, naudojant sensorinį metodą.

* Sensorinio apdorojimo sutrikimas, gali pasireikšti mūsų sensorinės aplinkos perpildymo jausmu, o tai gali sąlygoti nusivylimo jausmą, kuris gali sąlygoti nuotaikų svyravimus bei kontrolės praradimą. „Snoezelen“ kambaryje, stimuliacijos lygis gali būti padidintas arba sumažintas, siekiant valdyti sensorinio susijaudinimo lygius, arba siekiant pakeisti elgesį.

„Snoezelen“ aplinka

„Snoezelen“ aplinka suteikia tiesioginę arba netiesioginę sensorinių modalumų stimuliaciją bei gali būti naudojama atskirai, arba kaip visuma, siekiant pritaikyti sensorinį metodą. Įrangą, kuri gali tikti sergantiems autizmu žmonėms, sudaro:

Vizualinė stimuliacija (Regimoji) – Šviečiantys pluoštai, projektorius su prisiminimų vaizdais, burbulų vamzdžiai.

Audio stimuliacija (Garso) - Atpalaiduojantys garso įrašai, įrangos vibracinis triukšmas, vėjo varpeliai, muzika atitinkanti pacientų muzikinį skonį.

Uoslės (Kvapų) - Aromaterapija, pažįstami kvapai bei losjonai po skutimosi. Pavyzdžiui kvapai arba losjonai po skutimosi, kuriuos naudoja tėvai, gali sumažinti nerimo lygį.

Degustacinė (Skonio) – Bet kokios maistinės medžiagos, kurios suteikia skirtingus skonius ar medžiagas. Sergantys autizmu žmonės gali orientotis į konkrečius skonius ar medžiagas. Uždavinyms gali būti švelniai padidinti šį diapazoną.

Lytėjimo stimuliacija (Prisilietimas) – Vibruojančios pagalvės ir čiužiniai, pasunkintos antklodės iš skirtingos tekstūros audinių.

Proprioreceptorinė bei vestibuliarinė stimuliacija (Judėjimas) – Supamosios kėdės, supami arkliukai. Tempimosi bei pasiekimo įranga.

Snoezelen aplinka turėtų būti laikoma „rinkiniu“, turinčiu skirtingų rūšių sensorinę įrangą, kuri atitinka skirtingus, ją naudojančio asmens, sensorinius poreikius. Vienu metu neturėtų būti įjungiami visi Snoezelen aplinkos įrenginiai.

Įvertinimas

Prieš pradėdant naudoti „Snoezelen“ su autizmu sergančiais žmonėmis, reikia atlikti vertinimą.

Vertinimo priemonės gali būti:

- **Sensorinio profiliavimo priemonė (The Sensory Assessment and Profiling Tool, Collier, 2003)** – Šis įvertinimas nustato asmens sensorinius prioritetus. Rekomenduojama, kad užsiėmimai su „Snoezelen“ būtų pradėdami naudojami įrangą, pritaikytą remiantis nustatytais asmens sensoriniais prioritetais. Tai padės pereiti į „Snoezelen“ patalpą ir gali būti naudojama kaip atspirties taškas skatinant kitus pojūčius, esant geriems terapijos rezultatams.

- **Sensorinis Profilis (The Sensory Profile, Dunn, 1999)** – Šis įvertinimas nustato asmens poreikių stimuliacijos lygį. Įvertinimas nustato asmenis, turinčius skirtingas sensorines ribas ir orientaciją į skirtingus sensorinius modalumus. Turint šią informaciją, galima pritaikyti reikiamą stimuliacijos lygį, naudojant „Snoezelen“.
- **PAL profesinio profiliavimo priemonė (The Pool Activity Level (PAL) Instrument for Occupational Profiling, Pool, 2011)** – Šis įvertinimas labiausiai tinka sergantiems autizmu suaugusiems, jis nurodo, kaip pritaikyti „Snoezelen“ užsiėmimus, atsižvelgiant į nustatytą sutrikimų sunkumo lygį. Jame nurodoma, kaip sisteminti veiklą, palengvinti „Snoezelen“ užsiėmimus, pateikiamos veiklos charakteristikos, nurodyta, kaip pradėti bei baigti užsiėmimą.
- **Multisensorinės aplinkos informaciniai lapeliai (Multisensory environments information sheets, Pagliano, 2001)** – Šie informaciniai lapeliai padeda stebėti progresą „Snoezelen“ aplinkoje, užrašant elgesio reakciją standartizuotu būdu. Dėmesys skiriamas asmens gebėjimams ir „Snoezelen“ aplinkos aspektams, kurie padeda ir palaiko vystymąsi ir mokymąsi.

Rekomendacijos, kaip naudoti „Snoezelen“ kambarį

Vadovaukitės šiomis rekomendacijomis, kartu su aiškiai nurodytomis vertinimo priemonėmis. Rekomendacijas, kaip naudoti „Snoezelen“ galima rasti „PAL profesinio profiliavimo priemonė“ leidinyje (Pool, 2011).

Nuorodos

Baird, G et al (2006) Prevalence of disorders of the autism spectrum in a population cohort of children in South West Thames: the Special Needs and Autism Project (SNAP). The Lancet, 368(9531), p. 210-215.

Collier, L (2003) The Sensory Preference and Profiling Tool. Rompa. UK

Dunn, W (1999) The Sensory Profile. Pearsons, UK

Pagliano, P (2001) Using a Multisensory Environment. David Fulton Publishers. UK

Pool, J (2011) The Pool Activity Level (PAL) Instrument for Occupational Profiling. Jessica Kingsley.