

Plánování tématické jednotky Snoezelen

praktická ukázka pro závěrečnou zkoušku - mezinárodní certifikát ISNA-MSE.org

Jméno: Dagmar Mega

Datum: školení Modul 1

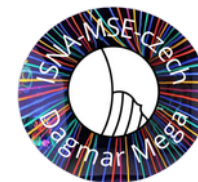
Téma / název jednotky: Strom

Cílová skupina / Klienti (krátký popis, diagnózy, speciální potřeby ..., (stručně, stačí 3 řádky) :

účastníci kurzu Modul 1 ISNA-MSE-czech bez specifických potřeb

Nastavení cílů jednotky:

- Cítit se dobře, zrelaxovat po celém dni školení
- Zažít si strukturovanou tématickou jednotku snoezelen ve své jednoduchosti «méně je více»
- Vnímání těla a vnitřní zdroje stability a «pevnost a flexibilita zároveň»
- Rozšířit si představivost a vnímání stromů sensoricky
- Uvědomit si, jaký strom je „můj“ – vlastní volba, preference, konkrétnost
- ...



Metodická příprava (v příp. potřeby doplňte řádky)

Fáze/Čas odhad času v minutách pro danou aktivitu	Obsah - jakou aktivitku chcete dělat (nebo nedělat např. Sedíme tiše a jen se díváme ..) aktivita je i příprava např. Napolohování klienta, výběr místa .., Vytvoření si «hnízdeček» pro relaxaci..	Organizace/Pomůcky - co všechno pro tuto aktivitu budete potřebovat? Jak si to nachystáte/ rozmístíte v prostoru.. Co budete mít zapnuté atd.	Cíle - čeho aktivitou chcete dosáhnout? Podle čeho poznáte, že se vám cíle podařilo dosáhnout?
I. 3'	Před vstupem příprava, co nás čeká, jak se chovat , prozkoumávat, držet se vnímání, nepracovat .. :) ..Příchod s rituálem – cinknutí na tibetskou miskou	U vstupu do připravené místnosti, svítí prezentace se stromem, hraje hudba, velmi lehká vůně, posezení připravené v kruhu, nasvícení zelenou, uprostřed v bedýnce zakryté hmatové materiály	Zažít si vlastní volbu bez kontroly – cinknutí u vstupu «Jak mám cinknout ? Je to správně ?..) Naladění se na téma, vnímání jen mála podnětů, které uklidňují
II. 3'	Adaptace – čekání, až si účastníci najdou své místo, zda se dobře sedí, není jim chladno, pozorování reakcí, zda mají tendence přenastavit světla, ujišťovací otázka	Vše stejně, jako u vstupu + deky, polštáře	Nastavit prostředí podle preferencí účastníků
III. 10'	Aktivní část (stimulace) – Otázka – Co pro vás znamená strom? Máte nějaký oblíbený? Když řeknu strom, co se vám vybaví zrakově, sluchově ..	Vše stejně jako u vstupu, prezence jen na jednou obrazu - statický strom	Naladění se na téma, zjišťování preferencí účastníků. ... + didaktická vsuvka jako součást vzdělávání ..
IV. 10'	Výzva k akci – Prohmatávat bez zraku materiál v zakryté bedýnce – otázka po skončení prohmatávání Jaké to bylo ? Výzva k «pořádně» Co přesně ? Co je příjemné ? Co jste objevili ? Poté odkryt a prohlédnout si, co jsme hmatali..	V bedýnce přírodniny, k dispozici baterky nebo světelné kameny pro lepší prohlížení a zaměření pozornosti. Po ukončení aktivity bedýnku s materiály odklízím.	Smyslový zážitek, zaměření pozornosti, aktivizace, kalibrace hmatu a zraku, uvědomění si vlastních preferencí, strategií při dotyku něčeho méně příjemného, uvědomění, co bych chtěla, čeho je moc/málo ... pojmenovávání ...

V.	8'	Relaxační část – Naladění se na relaxaci, sledování prezentace s různými stromy a komentář – strom samotný, les, různé podoby, kořeny, kmen, koruna, větve ..	Zapnutá prezentace s jemnou hudbou, komentář s odkazy na to, co účastníci zmínili na začátku – prvky toho, co se jim vybaví, když se řekne strom	Rozšíření a připomenutí si, jaké stromy mohou být, jak rozdílně mohou vypadat, doplnění podnětů pro následující fantazijní cestu, ukázka, jak jsou stromy pevné, jaké mají kořeny a jakou korunu unesou..
VI.	8'	Relaxační část – Najděte si pohodlné místo, můžete sedět, ležet. Nyní vám řeknu příběh – provedu vás fantazijní cestou, kde budete vnímat své tělo a strom. Návrat zpět.	Zapnutá prezentace s jemnou hudbou, fantazijní cesta Strom upravená dle aktuálních preferencí, Šátek s jemnou vůní	Uvolnění, relaxace, prožitek těla, Pocit stability, zdrojů
VII.	12'	Reflexe – Jak probíhá zpětná vazba, ověření, zvědomění pro klienta i pro vás.. např: Jaké to bylo? Co se vám líbilo? Co vás překvapilo? Co byste chtěli jinak? Co byste chtěli příště znovu? U neverbálních klientů popíšete průběh ověření..	Jemné přisvědčení dle potřeby, účastníci zase sedí zpátky v kruhu, dobrovolné sdílení a didaktické vsuvky	Dát prostor pro zpracování zážitků, odkázat se později na to, co jsme se během kurzu učili, dát prostor na dotazy
VIII.	6'	Rozloučení. Odchod s rituálem – např. cinknutí	Další jemné přisvědčení, pootevřené dveře a odchod s cinknutím na tibetskou misku	Příjemné ukončení s pozitivním zážitkem

Pozn. Celkem cca 60' dle okolností, pohodlí, vzduchu .. Pokud to účastníkům vyhovuje, zůstáváme i na reflexi celého dne školení Nové? Užitečné? Akce?

Očekávání a plán

Před realizací jednotky:

Jaké smysly budou zapojeny a jak?

- Zrak – zelená barva, svítící kameny, prohlížení si přírodnit, projekce
- sluch – jemná hudba Martin Buntrock, mohou být i zvuky příroda
- hmat – hmatový box s přírodninami
- tělo – pohodlná pozice, příkrývky (pokud jsou k dispozici, tak i zátěžové), imaginace
- čich – šátek s vůní

Jaké jsou sledované pokroky? Co očekáváte, že budete moci pozorovat během jednotky? Už jste obdobné pokroky u klienta zažili a pozorovali i dříve nebo se jedná o první «otestování» s tímto cílem?

Nakolik se účastníkům podařilo:

- Uvolnit se a vypnout hlavu od práce
- Pozorně vnímat a ponořit se do zážitku
- Popsat své pocity a výsledek uvolnění, zazdrojování
- neodbíhat od tématu vnímání

Je něco, čeho se obáváte? Kvůli čemu máte «plán B», a čím se «jistíte», kdyby něco nevyšlo?

- Budou «brebentit»
- Někomu se bude chtít na záchod
- Zapomenou vypnout hodinky a mobil
- ... ale všechno je zdroj v rámci školení :) Plán B nemám :)

Vyhodnocení

Po realizaci Snoezelen jednotky doplňte následující:

Co se podařilo?

- ... vše výše zmíněné
- ...
- ...

Jak to vnímal/i klient/i?

- ... snad pozitivně :)
- ... přidali vlastní tipy, co by chtěli více, co jinak, jak se zážitkem naloží
- ...

Co byste změnili? Udělali příště jinak?

- ...
- ...
- ...

Pozn. Chcete ještě něco doplnit?

Pokud máte, připojte fotografie pomůcek, foto z přípravy a příp. i z průběhu.. videa můžete zasílat přes Whatsapp, Úschovnu přímo na Dagmar Mega (+420 605 273 426, isna-mse@dagmarmega.cz)

Děkuji za spolupráci!