

Masážní příběhy

Rozšířená kvalifikace Snoezelen specialista
Snoezelen: Modul 2
prohlubující kurz

ISNA-MSE-czech
Dagmar Mega



Smyslová cesta do fantazie a vzpomínek

Tento modul se zaměřuje na rozšířenou kvalifikaci pro práci v MSE jako Snoezelen specialista, pod vedením Dagmar Mega a Davida Grupeho.

Prozkoumáme techniky, které propojují relaxaci a imaginaci.



Masážní příběhy pro Snoezelen

Příběh dodá masáži život, nabízí stimulaci a relaxaci zároveň.

Určeno pro širokou škálu klientů od dětí po seniory s demencí.

Zlepšuje pohodu, snižuje stres a podporuje tělesné i duševní uvolnění.

Pro koho jsou masážní příběhy?

Děti všech věkových kategorií.

Lidé s postižením (všech druhů).

Dospělí ve volném čase.

Senioři s demencí i bez ní.



Klíčová příprava pro masážní příběh

Přizpůsobte příběh klientům a jejich znalostem, vysvětlete téma předem.

Rozhodněte, zda budou obrázky promítány pomocí projektoru.

Vyberte téma, které nevyvolává strach (např. příběhy ve vodě).

V případě potřeby vysvětlete pravidla, jako je zákaz mluvení.

Pohodlí a Dotyk: Zásady a Pomůcky



Ujistěte se, že se všichni účastníci cítí dobře a určete vhodné zóny dotyku.

Pro masáž lze použít rukavici, ponožku, houbu nebo masážní míček.

Další pomůcky mohou být: pytlík s pískem, autíčko, štětec...

Rozhodující je správná poloha, případně pro lepší přístup použijte polštář.

Optimální polohy pro masážní příběhy

Sedět za sebou a masírovat záda, případně paže a hlavu (u 2 účastníků).

Jeden leží na břiše, partner sedí vedle něj, čelem k němu.

Všichni účastníci vytvoří kruh a dívají se na záda.

Masáž rukou místo zad, vhodné zejména u starších lidí.

U lidí na vozíku případně předklonit na polštář pro přístup k zadům.

Vypravěč by měl být viditelný a dobře slyšitelný pro všechny.

Úvod do masážního příběhu: Důležité kroky

Představte téma a dejte každému 1-2 minuty na uvolnění a vžití se do něj.

Použijte úvodní dotyk na ramenou pro zahájení.

Na začátku předvedte pohyby a poté nechte účastníky přispět vlastními nápady.

Masážní pohyby vždy několikrát opakujte a zařaďte opakování do příběhu.

Závěr masážního příběhu: Jemné ukončení

Ukončení lze ritualizovat, podobně jako úvodní dotek na ramena.

Popište návrat zpět do Snoezelen místnosti (např. pohyby prstů jako při chůzi).

Umožněte si vychutnat příjemný a hřejivý pocit po masáži.

Možné je použití techniky „effleurage“ pro jemné pohlazení.

Inspirace pro masážní příběhy

Navštívit zoo, létat jako pták ve větru,
umýt auto, nákupy.

Moje cesta do Baaru, procházka lesem,
objevování podmořského světa.

Pečení pizzy nebo příprava salátu,
úklid.

Téměř vše lze začlenit do masáže,
podle preferencí klienta.

Hlavní cíl masážních příběhů: Pohoda

Poskytnutí více než jen chvílky odpočinku.

Přístup při odporu k dotyku (např. u osob s autismem).

Snížení a prevence stresu a syndromu vyhoření.

Vyvolání pocitu pohody a ponoření se do jiného světa.

Fyzické přínosy masážních příběhů

Pravidelnější a hlubší dýchání,
celkové fyzické uvolnění.

Úleva od bolesti, snížení napětí a
svalových křečí.

Snížení spasticity a zlepšení
pohyblivosti.

Pomoc při bolestech hlavy nebo
přetížených očích.

Zlepšení krevního oběhu a lymfatického
oběhu, pozitivní tělesný pocit.

Psychologické přínosy masážních příběhů

Vyvolání pocitu pohody a snížení stresu.

Snížení úzkostných stavů a zlepšení koncentrace.

Zlepšení vzájemného působení mezi tělem a duší, zvýšení povědomí o propojení těla a mysli.

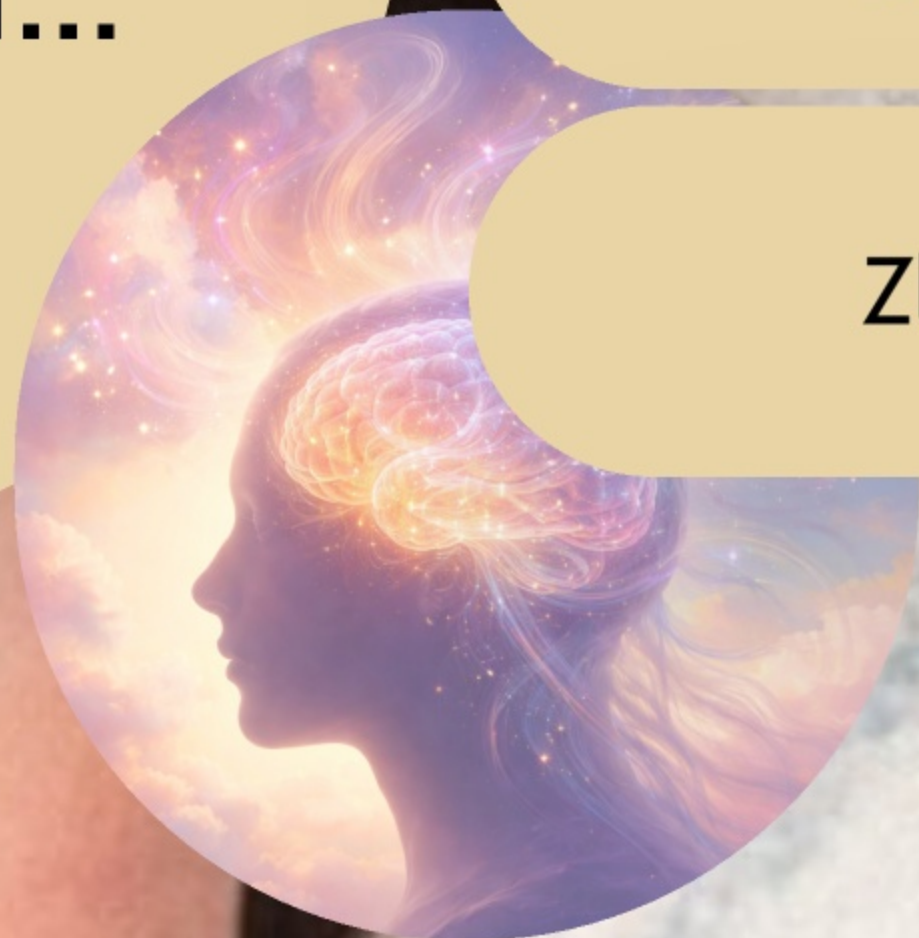
Tělesná relaxace při duševní bdělosti, snížení poruch spánku.

Masážní příběhy probouzejí...

Fantazii, vzpomínky a kreativitu
pro vlastní nápady.

Propojení obrazu a pohybů, vnímání
a uvědomění si vlastního těla.

Zlepšení sebevědomí a sebeúcty.



Hmatová stimulace a budování důvěry



Empatie a přizpůsobení pohybů, vzbuzování důvěry a povolení tělesného kontaktu.

Poskytování a umožňování tělesné blízkosti.

Soustředění na hmatovou stimulaci na několika částech těla pro lepší tělesné vnímání.

Příjemné prožívání, ocenění a radost.

Děkuji za pozornost

Snoezelen základní modul 2

Rozšířená kvalifikace práce v
multisenzorickém prostředí
Snoezelen-specialista

Dagmar Mega & David Grupe.



Masážní příběhy

Rozšířená kvalifikace Snoezelen specialista
Snoezelen: Modul 2
prohlubující kurz

ISNA-MSE-czech
Dagmar Mega



Take this with you. Revisit anytime.

Missed something? Want to explore further?
Scan or click below to open this presentation.
Anytime, anywhere.

[View presentation](#)

