

Snoezelen

1. Historique

Développé dans les années 1970 par 2 Hollandais (Ad Verhuel et J. Hulsegge), le terme Snoezelen est la contraction de *snuffelen* (renifler, sentir) et de *doezelen* (sommoler) = notion d'**exploration sensorielle, de détente et de plaisir**.

Proposée depuis de nombreuses années dans le cadre du handicap, cette approche se développe maintenant dans les secteurs gériatriques, psychiatriques et de la petite enfance.

2. La méthode snoezelen

Elle stimule les 7 sens : l'ouïe, l'odorat, le goût, le toucher, la vue, le sens vestibulaire (sens du mouvement et de l'équilibre) et le sens vibratoire. C'est une **expérience multisensorielle** dans un **espace sécurisé** qui vise le **bien-être** et l'**épanouissement**.

C'est une **démarche d'accompagnement**, un état d'esprit, un positionnement d'**écoute** et d'**observation** qui s'articule autour de 3 dimensions :

- des propositions d'expériences sensorielles, visuelles, sonores, tactiles.
- le respect de la personne et de ses rythmes en lui permettant d'être actrice dans une présence empathique et attentive
- notion de mieux-être

Cette approche aide à apaiser les enfants ayant des troubles du développement, du langage ou du spectre de l'autisme mais aussi aux enfants ayant besoin de se détendre, de se canaliser et de se ressourcer.

3. Pourquoi faire du snoezelen en crèche ?

Cela permet à l'enfant d'éveiller ses sens, développer sa sensibilité, apprendre à gérer ses émotions, être autonome, s'exprimer librement, être stimulé et de pouvoir utiliser différents objets à sa disposition.

Cette approche bienveillante aide les enfants à se recentrer, à désamorcer les angoisses, les tensions, les trop-pleins d'émotions.

C'est un moment de partage entre l'adulte accompagnant qui reste spectateur et l'enfant qui est acteur. C'est offrir un moment de détente, un voyage sensoriel.

4. Où faire du snoezelen ?

Dans un **environnement calme, sécurisant, source de plaisirs sensoriels**, un espace spécialement aménagé, éclairé d'une lumière tamisée, bercée d'une musique douce, un espace dont le but est de recréer une ambiance agréable (organiser l'espace de façon à ce que l'enfant soit en sécurité, désencombrer l'espace, pièce avec un mur clair pour projeter des lumières, ...)

Possibilité de créer un coin dans la pièce principale mais doit être délimité (tente par exemple).

Il n'est pas obligatoire de disposer d'une pièce entièrement dédiée à snoezelen, il est possible de créer à la place un chariot snoezelen mobile, comportant l'ensemble du matériel ;

5. Matériel

- lumières : projecteur, couverture sensorielle lumineuse, lampe fibres optiques, veilleuse, objets lumineux...

- objets vibrants

- table lumineuse

- colonne à bulles

- matelas à eau (sensation de flottement et de détente)

-- miroir

- couverture douce et de survie

- balles sensorielles

- foulards

- matériel sonore : instruments de musique, lecteur de musique, boîte à musique...

- diffuseurs de parfums et huiles essentielles

.....

Attention de ne pas surcharger ; la séance doit rester un moment de détente.

Conclusion

La méthode snoezelen permet donc l'éveil des sens, le développement de l'imaginaire, le développement moteur, la gestion des émotions et la construction d'une relation solide entre l'adulte et l'enfant, un moment de partage.