



Par Nathalie Bernard,
TES scolaire, conseillère et formatrice
Snoezelen

bernardn@académiedsc.ca



Mais qu'est-ce que le Snoezelen ?

C'est une approche, développée dans les années 1970 par deux jeunes Hollandais, Ad Verheul et Jan Hulsegge, qui a pour but de faire vivre un moment de bien-être, de détente et de plaisir. Une approche se situant dans le « prendre soin » et « être présent ». Le climat relationnel est un élément-clé du Snoezelen. C'est un accompagnement non directif, dans un environnement sécurisant où tous les sens sont stimulés, séparément ou simultanément, par des effets lumineux, de la musique, des sons, des odeurs, des textures, etc., afin de prioriser les expériences sensorielles. Cela permet à la personne de vivre une situation de libre choix dans le respect, où il n'y a ni risque d'échec ni évaluation. Des moments qui sont plutôt rares de nos jours !

La salle Snoezelen

Souvent associée à du matériel très dispendieux et inaccessible, la salle Snoezelen, plus communément appelée salle blanche, se trouve plus spécifiquement dans des centres ou des écoles spécialisés, ainsi que dans des hôpitaux. Par le passé, on associait l'approche comme n'étant adaptée qu'aux clientèles polyhandicapée, TSA, DI sévère et aux personnes souffrant d'Alzheimer qui vivaient en institution ou bénéficiaient des centres de jour.

Heureusement, aujourd'hui, l'approche, de plus en plus connue et appliquée, permet de retrouver ce type d'accompagnement et d'espace dans plusieurs endroits comme dans les CPE, les centres pour personnes âgées, les centres jeunesse et dans quelques écoles du Québec.

Cette salle vise à offrir un environnement, une ambiance sécurisante et stimulante proposant diverses sollicitations sensorielles. L'espace n'a pas à être très grand, l'effet cocon étant rassurant et confortable. La salle blanche joue un rôle de médiateur en protégeant la personne et son accompagnateur des interférences du milieu où ils se trouvent et peut être bénéfique pour tous, petits et grands !

Mais quels sont ses bienfaits ?

À court terme : une diminution du stress, un état de détente, de relaxation, une amélioration de l'humeur favorisant la concentration et l'état d'éveil. Dans certains cas, on observe une diminution des comportements agressifs, permettant une pause cognitive pour l'un ou un moment de défoulement pour l'autre. Cet effet stimule le développement moteur, sensoriel et cognitif et sollicite les aptitudes de communication, de socialisation et d'aide à l'autonomie.

À long terme : L'environnement contrôlé invite à vivre des expériences favorables, à une meilleure perception de son corps, de son environnement et multiplie les expériences sensorielles qui seront différentes d'une personne à l'autre et qui pourront être réinvesties dans le quotidien. Une prise de conscience de ce qui fait du bien.



« Le terme Snoezelen est la contraction de deux mots :

- Snueffelen (sentir, ressentir, explorer, fouiner)
- Doezelen (détente, apaisement, somnoler) »

Pour l'accompagnant, c'est une belle façon d'établir une relation privilégiée avec l'autre, d'être en communication avec lui et c'est également une grande source d'observation (il est important, par contre, d'être formé en Snoezelen afin d'acquérir les connaissances nécessaires qui favorisent la communication en milieu sécurisant et d'être capable d'analyser la réaction de la personne et de modifier les stimuli en cas de besoin).



« Ce qui est Snoezelen, c'est l'accompagnement et non le matériel ! »

La mise en place d'une salle multi sensorielle, d'un chariot de stimulation ou de tout autre environnement sensoriel demande une préparation particulière. Il faut tenir compte de certains éléments comme l'emplacement, l'électricité, l'entretien... Mais il est facile et possible d'aménager un espace à moindre coût. Il n'y a pas de limites, sauf votre imagination !



J'ai été formée Snoezelen par l'Association Internationale Snoezelen Suisse. Depuis 2014, j'utilise quotidiennement l'approche Snoezelen en milieu scolaire auprès des enfants du primaire et avec des élèves qui doivent relever des défis particuliers, comme la dyslexie, le TDAH, le TSA, l'anxiété. Chaque jour, je suis en mesure de voir les bienfaits et le plaisir des enfants. Depuis, ma pratique est différente, mon sens de l'observation est plus précis, ce qui me permet d'aller plus loin dans mon accompagnement. L'approche Snoezelen est devenue une passion, une façon d'intervenir...