

Typ a barva místnosti

Optimálně zvolený typ Snoezelen místnosti je v praxi neocenitelný. Přestože se budeme držet známých zásad pro realizaci Snoezelen prostředí, kdy vycházíme z typu zařízení, diagnóz klientů a profesí terapeutů atd., přesto nemusíme mít jasno v tom, jak by měla místnost vypadat. Velmi často se setkávám se situací, kdy si budoucí terapeuti/terapeutky vytvářejí jakousi designovou místnost, kde se budou cítit dobře, zkrátka wellness. Zde existuje velké riziko pochybení. Každá Snoezelen místnost by měla být vytvořena tak, aby poskytovala možnost pracovat s klientem nebo se skupinou klientů s určitým typem poruchy nebo potřeby, ale zároveň musí umožňovat variabilní změny pro jiný typ klientů s jinou poruchou a potřebami. Nedomnívám se, že organizace bude koncentrovat klienty pouze s jednou nebo podobnou poruchou, případně potřebami. *Variabilita* je důležitou podmínkou optimálně vybavené Snoezelen místnosti.

Ve světě existuje mnoho multismyslových, tedy vícesmyslových místností, vytvořených s různými záměry, hlavním důvodem je však nabídka široké škály smyslových zkušeností. MSE – Multisensory Environment – a Snoezelen je považováno za synonymum, přesto zakladatel Ad Verheul považoval za důležité spojit obě slovní spojení, a to především, aby nedocházelo k nedorozuměním v pojmosloví, aby dva stejné koncepty nešly tzv. proti sobě, ale spolu. Snoezelen spojenectvím s představiteli MSE (Snoezelen-MSE), mezi které se řadí prof. Dr Paul Pagliano z Univerzity Jamese Cooka v Austrálii, získal do svých řad odborníků další věhlasná jména, o kterých jsem v úvodu hovořila. Nicméně nyní se věnujeme realizaci Snoezelen prostředí, a to Pagliano (2001) velmi nadčasově popsal. Jeho rozdělení místností bylo zmíněno již v publikaci Snoezelen (Filatova, Janků 2010), ale pro ucelenost tématu prospěje tuto část zopakovat:

- *Bílá místnost* – svým charakterem odpovídá nejčastěji Snoezelenu, který Mertens propaguje doposud. Využívá se převážně u dětí s těžšími stupni mentálních vad a kombinovaných poruch. Původním cílem tohoto pokoje je relaxace, základním vybavením jsou bílé zdi, strop, podlaha a vodní postel, důležitá je plocha k promítání barevných obrazců, světelné bublinkové válce, světelná optická vlákna, zvukový systém, polštáře. Je pokládán za „neutrální“ pokoj, který lze různě měnit.

- *Šedá místnost* – svým vybavením a barvou má za cíl redukci podnětů. Obsahuje závěsy i koberce zabarvené do šeda, je zvukotěsná, vybudovaná pro minimalizaci rušivých podnětů. Specificky je tento pokoj ověřován u dětí s poruchami pozornosti a soustředěním s cílem: zvýšení pozornosti, ovládnutí a soustředění, snižování hyperaktivity. U dětí jsou dále doporučovány tzv. vesty „se závaží“ („weighted vest“) z důvodů uvědomění si vlastního těla, na podlaze jsou namalovány čáry, které ukazují kam a jak se pohybovat nebo kde sedět.
- *Tmavá místnost* – tmavé až čistě černé zdi, strop i podlaha. Specifickým cílem je dosažení maximální vizuální stimulace (včetně kortikální), podpora vizuálního zájmu a schopností. Vybavení místnosti tedy zahrnuje zejména barevné lampy, barevné fólie, optická vlákna, která tvoří vodopády barev, ultrafialové světlo, svítilny různého druhu. Představuje prostor, z něhož je vyloučeno denní světlo stejně jako ze světlé nebo bílé místnosti, zdi jsou však nabarveny tmavou barvou. Je tomu tak proto, aby bylo odstraněno veškeré vizuální rozptýlení, používají se pouze svítilny a UV světlo ke zvýraznění určitých předmětů. Jsou nejčastěji používány jako prostředí ke stimulaci a zlepšení zrakových dovedností.
 Tmavé Snoezelen místnosti jsou někdy vymalovány načerno, tyto mohou působit klaustrofobicky a některé klienty mohou děsit. Není nutné tmavou místnost barvit černou barvou, stačí jen eliminovat světlo a použít tmavou zelenou nebo modrou barvu, aby předměty, zvýrazněné reflektory, svítilkami nebo UV světly, vystupovaly z pozadí. Je důležité zajistit, aby tmavá Snoezelen místnost nebyla přeplněna předměty. Účelem tmavé Snoezelen místnosti je vyloučit nadměrné zrakové stimuly, a tím zredukovat rozptýlení, aby se klient mohl soustředit na konkrétní vizuální předmět nebo činnost. Proto je důležité mít skladovací prostory, aby se přebytečné vybavení během konkrétní činnosti mohlo odstranit. Tuto variantu doporučuji u všech typů místností.
- *Zvuková místnost* – zvukotěsná, oprostěna od nežádoucích hluků, má strop, zdi i podlahu obloženou dřevem. Pokoj poskytuje možnosti zvukové stimulace, je prostředím pro poslech hudby, ostré zvukové diferenciaci. Zvuky zde mohou být produkovány izolovaně nebo kombinovaně. Cílem je minimalizace šumů a zvýraznění zvuku. Cílovou skupinou jsou děti, u kterých je nutné pracovat na zlepšení sluchové percepce či diferenciaci, děti s poruchami sluchu. V základním vybavení se mohou vyskytovat také vibrační tabule a rezonanční desky, hudební nástroje apod.

- *Interaktivní místnost* – místnost plná interaktivních spínačů s hlasovým, zvukovým, pohybovým výstupem, které svým okamžitým efektem umožňují poznávat dítěti okolí, pomůcky, zapojovat fantazii a obecně rozvíjet kognitivní schopnosti analýzy a syntézy (příčina – efekt; akce – reakce metoda). Využívání spínačů je velmi časté a oblíbené. Pokoj obsahuje malé či velké dotekové tabule, které je možné zmáčknout prstem, rukou, nohou, hlavou apod. Manipulace se spínači obnáší různé schopnosti a dovednosti hmatové diferenciaci a svalové kontroly (jemně stisknout, dlouho držet apod.). Efekty se vyskytují v různých kombinacích: sluch – dotek; zrak – světlo; čich – aroma; chuť – jídlo, pití; apod.
- *Vodní prostředí* – zahrnuje bazén s vodou, který slouží zejména k rozvoji proprioceptivní stimulace (statické i dynamické), pohybu, celkovému uvědomění si vlastního těla, psychomotorickému vývoji. Slouží k obohacení života dítěte o pocity zejména kinestetické – ve vodě se pohybujeme jinak a máme jiné možnosti. Často se bazén využívá k rehabilitačním cvičením a můžeme v něm pracovat s možností rozvoje kognitivního vnímání a představivosti z důvodu esteticky odlišného prostředí – vodopády, sprchy, světla ve vodě, které způsobují odraz na vodní hladině, zvuky a hudba, změna teploty apod.
- *Vypolstrovaná hrací místnost* – obsahuje vypolstrované zdi i strop, čalouněný nábytek, množství polštářů a měkkých koberců nebo podlahových krytin s různými schůdky, rampami. Místnost může obsahovat také měkké i pevné tvary (pyramidy, válce, krychle a kostky) vytvořené z podobného materiálu, který je na stěnách či podlaze, stavební díly, skládací fragmenty. Cílem této místnosti je vytvoření prostoru pro iniciativní a interaktivní hru. Dítě může experimentovat, manipulovat s předměty, lézt, skákat, válet se, schovávat se, riskovat. Pro dítě se zrakovými defekty nebo tělesným postižením je tato místnost bezriziková a bezpečná v pohybu i v dalším rozvoji například fantazie, veškerých kognitivních schopností, zvláště pak vnímání a myšlení.
- *Přenosné prostředí* – malé, skládací, přenosné zařízení o rozměrech maximálně 2 m², které můžeme složit a přemístit. Podobně jako u kojenců slouží k multismyslové stimulaci pomůckami, které si zvolíme a zavěsíme nad dítě. Přenosné zařízení se

využívá nejčastěji u dětí a všech věkových skupin, které se nemohou hýbat, pobývají ve stereotypním prostředí, jsou upoutány na lůžku (např. ÚSP).

- *Virtuální prostředí* – toho je dosaženo prostřednictvím připojení k počítači, který vytváří trojrozměrné efekty. Dítě se skrze brýle a rukavice dostává do virtuálního světa, který může vytvářet. Toto prostředí je zatím ověřováno minimálně. Ovšem technologie tohoto typu skýtají široké možnosti také pro jedince se smyslovými defekty i psychomotorickým postižením.
- *Inkluzivní prostředí* – běžné prostředí jako je například veranda, zahrada nebo hřiště, které změníme pečlivě vybranými pomůckami. Důsledkem by mělo být vytvoření prostoru, kde mohou pobývat postižení s intaktními jedinci společně. Toto prostředí může zahrnovat inovaci v bezbariérovém přístupu, barvě a ostrosti předmětů pro jedince se zrakovým postižením, zvukové či hmatové zvýraznění pro jedince se sluchovým postižením, bezpečné pro všechny.
- *Proměnlivý pokoj* – prostředí, které je možné měnit a přizpůsobovat, jeho hodnotou je možnost proměny. Pro mnoho dětí se stává postupem času stabilní Snoezelen nudný, přestávají pracovat, protože prostředí již dokonale znají. Změny tzv. tvárného pokoje nám umožňují neustále udržovat dítě stimulované a podporovat tak jeho schopnosti a dovednosti. Multismyslové prostředí je možné také přizpůsobovat aktuálním událostem, projektům, slavnostem apod. (např. objevování svátků roku, hudební vystoupení dětí, výstavky, tematické celky výuky).
- *Sociální prostředí* – slouží zejména pro speciální příležitosti, kooperaci a navazování sociální vztahů, ale také k ventilaci emocí. Například rodiče, jejichž dítě je těžce postiženo, mají možnost zažít jeho radosti, změny exprese a výsledky stimulace. Ovšem tento pokoj může sloužit také personálu, sestřám, terapeutům jako uvolňovací prostředí, nebo místnosti pro porady, rozhovory (také mezi rodiči a vychovateli s dětmi apod.).

V 90. letech minulého století byla uznávanou autoritou Snoezelen konceptu prof. Dr. Krista Mertens (úzce spolupracovala se zakladateli Verheulem a Hulseggem), která se zasloužila o

kurikulum Snoezelen konceptu, vyučovala na Humboldtově univerzitě v Berlíně na katedře speciální pedagogiky a vedla mnohé výzkumy s platností do dnešní doby. V publikaci Snoezelen – Anwendungsfelder in der Praxis (2005) popsala tři základní typy Snoezelen místností:

- *bílá místnost* (z jejího pohledu nejlepší, nejvíce variabilní)
- *barevná místnost* (podle Mertens mají být barvy jasné, aby vynikly světelné efekty a atmosféra)
- *černá, tmavá místnost* (popisuje Mertens něco, jako jeskyni pro děti, nevhodné pro seniory, zážitky jsou vnímány intenzivněji)

Na Mezinárodním sympoziu v Maria Bildenhausen v Německu, ale Mertens popisovala už čtyři typy místností, kdy ke stávajícím třem místnostem připojila čtvrtou:

- *bezpodnětná místnost*

Jedním z důvodů, proč jsou určeni zástupci ISNA-MSE pro jednotlivé kontinenty, oblasti a státy je také fakt, že je nezbytné přizpůsobit koncept Snoezelen-MSE socio-kulturním podmínkám daného národa. Jistě chápete, že Snoezelen terapie ve Španělsku nebo Argentině má jiný náboj než v Jižní Koreji nebo Japonsku, přestože vychází ze stejných zásad.

Je to také jeden z mých úkolů: transformace Snoezelen-MSE konceptu do česko-slovenských poměrů a podmínek. A na základě své praxe si dovoluji tvrdit, že typy statických místností v našich zemích se zatím dělí pouze na tři základní a jednu doplňkovou:

- *světlá místnost* (odstíny bílé a barevné světle pastelové místnosti)
- *tmavá místnost* (tmavě zelené, modré místnosti, černé místnosti, jichž nejsem pro Snoezelen terapii zastáncem, domnívám se, že jede o tzv. tyflo – místnost, která slouží klientům se zrakovým postižením a nabízí využití, které nemusí být nutně spjato se Snoezelen-MSE konceptem)

Světlé i tmavé **Snoezelen prostředí** může v rámci obsahovat jedné místnosti prvky zvukové místnosti, interaktivní, vodní, polstrované hrací prvky, mobilní prvek Snoezelen, virtuální, inkluzivní prostředí, proměnlivou místnosti i sociální prostředí, jak je popsal Pagliano.

- *bezpodnětná místnost* (podle Paglianiho šedá). V našich podmínkách není šedá barva vhodnou volbou, zejména z toho důvodu, že je to specifická barva vězeňských obleků. U dětí, jejichž rodinní příslušníci jsou ve výkonu trestu a tyto děti je navštěvují, se nepodaří v tomto prostředí dojít uvolnění, a protože je to místnost zaměřená na děti s poruchami učení a chování a s ADHD, může být tato nevhodná asociace s prostředím nepřekonatelnou překážkou v terapii. Toto tvrzení opírám o osobní zkušenost práce s dětmi. To je také důvod, proč jsem se přiklonila k termínu *bezpodnětná místnost*, který ji lépe vystihuje. Barva i odstíny v celém interiéru mají být jednoduché – strop, stěny a podlaha ve stejném odstínu. V úrovni dveří (nejčastěji 2 m od země, mimo zorné pole dospělého člověka) je police taktéž ve stejném odstínu, krabice na pomůcky, které mají také stejnou barvu, nejsou označeny číslem nebo symbolem.

A doplňkový prostor:

- *hrací místnost* (jakási tělocvična pro klienty s postižením). Tato hrací místnost není však v ČR ani SR běžná, a pokud taková místnost existuje v zařízení, neprobíhají zde terapie ve smyslu Snoezelen, přestože je to velmi užitečný prostor, který by měl být k dispozici zejména v organizacích, které se starají o klienty s kombinovaným postižením. Má svá specifická pravidla pro vybavení a ta nejsou součástí této publikace.

Snoezelen prostředí by mělo být variabilní, vytvořeno tak, aby se Snoezelen místnosti nestaly stereotypní a fádní. Každá místnost by měla být originálem terapeuta, jenž Snoezelen v organizaci zaštiťuje, a ten se také jistě podílí na volbě barvy místnosti. Pro své rozhodnutí by měl znát alespoň minimum informací také z této problematiky.

Barva místnosti ovlivní atmosféru i design místnosti. Barva má vliv na námi vnímanou velikost místnosti včetně vzdálenosti protější stěny, ale také výšky stropu (klienti Snoezelen terapie jsou často v horizontální pozici a vnímají pohled na strop velmi intenzivně). Vnímáme také jakousi hutnost barvy.

Při realizaci Snoezelen místnosti se řídím několika pravidly a jedno z nich souvisí s barvou interiéru. Na základě studie E. Bullouga (1907) umístí v interiéru nejtmaší barvu u podlahy, a to až do výšky 120 cm od země, další řazení odstínů jde podle pravidla – čím světlejší barva, tím výše umístěna. Toto pravidlo je možné také otočit a využít jako korekční opatření. V místnosti, kde jsou neobvykle vysoké stropy – tři metry a více –, je zapotřebí

prostor zútulnit (místnost s vysokými stropy nám útulnost nijak neposkytne, v kombinaci s bílou nebo i se smetanovou barvou je přímo stresující, klient se ztrácí v prostoru). Ale pozor! Nezáleží pouze na temnosti odstínu, ale také na konkrétně zvolené barvě. Je pravda, že černý předmět určitého tvaru máme tendenci vnímat jako těžší, než žlutý stejného tvaru i hmotnosti, ale zde hraje roli i barva. Proto je nutné znát působení jednotlivých barev na klienta. Důležitou informací je fakt, že se sytostí barvy se zvyšuje její „živost“, Snoezelen prostředí NESVĚDČÍ mdlá (řídká) barva ani v bílém odstínu, pastelové barvy si taktéž ŽÁDAJÍ přiměřenou sytost. Sytost barvy neurčuje tmavost, naopak barvy jsou pak jasnější – živé. Barva může také ovlivnit vnímání velikosti polohovacích a jiných pomůcek, proto je třeba uvážlivě volit barvu největších polohovacích pomůcek v místnosti. Celkový neuváženě zvolený barevný kontrast pomůcek a interiéru může zmařit terapeutický záměr místnosti. Světlejší objekt se oproti tmavému vždy jeví jako větší.

Barva má ale i daleko hlubší emocionální význam než pouhé vnímání vzdálenosti, velikosti a rozzářenosti předmětu. Především má vliv na naši náladu a ta vyvolává nejrůznější pocity. Barvy jsou zprostředkovatelem nálady. To ostatně mohou potvrdit účastníci našeho základního kurzu, kde jako dárek dostávají šestibarevnou kostku pro práci s klientem ve Snoezelenu. Ten by si měl zvolit barvu, která nejvíce vystihuje jeho pocity, před Snoezelen terapií a po terapii (jeden z možných sledovacích faktorů, správně vedené terapie). Asociace mezi barvami a pocity jsou dokázány mnoha studii, jedny z prvních byly práce Odbert, Eckerson a Karwoski (1942), kteří se zabývali výzkumem synestezií a pro jednotlivé barvy získali následující pocitové zbarvení (konotace), které jsem pro potřeby Snoezelen prostředí upravila do následující tabulky a ta pro vás může být taktéž vodítkem při rozhodování.

Tabulka: Snoezelen-MSE, barevné konotace, Renáta Filatova (2013)[©]

Barva	Konotace	Působení ve Snoezelen prostoru
bílá	důstojná, slavnostní, duchovní, vznešená, vzbuzující úctu, slavnostní, rozvážná, posvátná, rozvážná, vážná	neutrální – sterilní, něžná, klidná, mírumilovná
žlutá	veselá, radostná, živá, šťastná, veselá, živá	aktivační, stimulační
oranžová	veselá, radostná, živá, šťastná, příjemná světlá, rozveselená, vzletná, jásavá, dramatická, vášnivá, smyslová, rozrušující, vzrušující, neklidná	nevhodná pro Snoezelen-MSE terapii – aktivační, stimulační, podněcující k impulzivité, úzkostná
červená	rozveselená, vzletná, dramatická, vášnivá,	nevhodná pro Snoezelen-MSE

	smyslová, rozrušená, vzrušující, impulzivní, neklidná, radostná, živá	terapii – podněcující k agresivitě
růžová	veselá, radostná, živá, příjemná, světlá, šťastná	aktivační
purpurová	duchovní, vznešená, vzbuzující, úctu, důstojná, posvátná, vážná	podněcující k melancholii, zádumčivosti
modrá	povolná, něžná, zasněná, citová, toužebná, žádostivá smutná, lyrická, nenucená, uspokojující, klidná	neutrální/relaxační bezpečí, uklidňující, konejšivá, něžná
zelená	povolná, něžná, zasněná, citová, toužebná, žádostivá smutná, lyrická, nenucená, uspokojující, klidná	neutrální/aktivační bezpečí, uklidňující, konejšivá něžná
hnědá	rázná, robustní, válečnická, uvážlivá, velkolepá	neutrální, relaxační bezpečí, uklidňující
šedá	patetická, žalostná, smutná, truchlivá, tragická, melancholická, frustrovaná, depresivní ponurá, sklíčená, temná	podněcující k depresi s rizikem asociace viz str.
černá	patetická, žalostná, smutná, truchlivá, tragická, melancholická, frustrovaná, depresivní, ponurá	úzkostná, protivná, nepřátelská

Při tvorbě „barevné tabulky“ jsem si uvědomila, že se vlastně stala vysvětlením, proč je nejvíce Snoezelen místností realizováno v bílé barvě, a pokud padne volba na barvy, v drtivé většině se jedná o modrou, zelenou nebo místnost s kombinací obou barev.

Mimo výše uvedené informace je třeba vzít také v úvahu vnímání barvy z ontogenetického hlediska. Tisíce let je člověk pozorovatelem azurové oblohy, která symbolizuje klid a mír, bezpečí (příroda je v klidu), naopak šedivá zachmuřená obloha symbolizující příchod bouřky, nebezpečí, strach. Zasněné pohledy na hvězdnou oblohu, která předurčuje příští krásný den, rozvíjejí emoce ryze pozitivního rázu. Totéž zažíváme sledováním obzoru – zelený travnatý povrch luk je známkou klidu a míru rodící životadárné půdy, naopak rozvodněné bahnité louky značí nebezpečí, povodně, neúrodu, strach. I takto je nutné nazírat na místnost, která bude za pomoci zkušeného terapeuta laskat smysly klienta a hledat jeho skryté schopnosti, a ten v řízeném prostoru často předvede nečekané. Taková zkušenost je hnacím motorem v naší další práci, studiu a objevování nových přístupů vedoucích ke sdílení, zlepšení kvality života, ale především ke zlepšení zdravotního stavu „našeho“ klienta, ať je jím kdokoli.

Mnohdy vidím místnosti, které jsou svými tvůrci deklarovány jako Snoezelen prostředí a v podstatě jim nejde nic vyčíst, jen se v nich člověk nějak necítí uvolněně. Výsledky terapeutické práce nejsou takové, jak by se dalo očekávat. Chybí jim zkrátka duše.

Při hledání příčiny neúspěchu začínám vždy u lidí. Práce terapeuta má své zásady, které znáte již z publikace Snoezelen (Filatova, Janků 2010), a pokud vyloučím, že došlo k pochybení v této oblasti, posouvám se ve svém pátrání dál (formuláře z terapií, diagnóza v souvislosti se Snoezelen terapií, anamnéza, psychobiografie...). Často má neúspěch v terapii pragmatičtější důvod. Stále častěji jsem si uvědomovala, že Snoezelen místnost, která nemá téma (a to i v případě, že jde o čistě bílou místnost), také nemá náboj lidskosti. Vnímání estetické krásy je možné zařadit k terapeutickým prostředkům, které nelze vynechat. Strohost prostoru, technické vybavení, byť bezchybně vybráno, s ohledem na cíle terapií a diagnózu klienta, se zřetelem na profese terapeutů při vybavování nestačí. Funkčně je vše v pořádku, ale, jak jsem již uvedla, nemá duši. Klienta nedokážu v takovém prostředí a v omezeném čase terapie uvolnit – ani terapeut sám mnohdy nedokáže vysvětlit, proč je ve vnitřní tenzi, kterou si nechtěl dlouho připustit.

***Proto před tvorbou plánu místnosti zvolte téma místnosti, velmi tím projektu prospějete.
Nejčastěji volenými tématy je krajina, louka, les, moře...***