

Zeitungsartikel: „Mit allen Sinnen ausruhen“ in: „Zentralschweiz am Sonntag“, 26.10.2008

26. Oktober 2008 / Nr. 8 Zentralschweiz am Sonntag *

BAAR

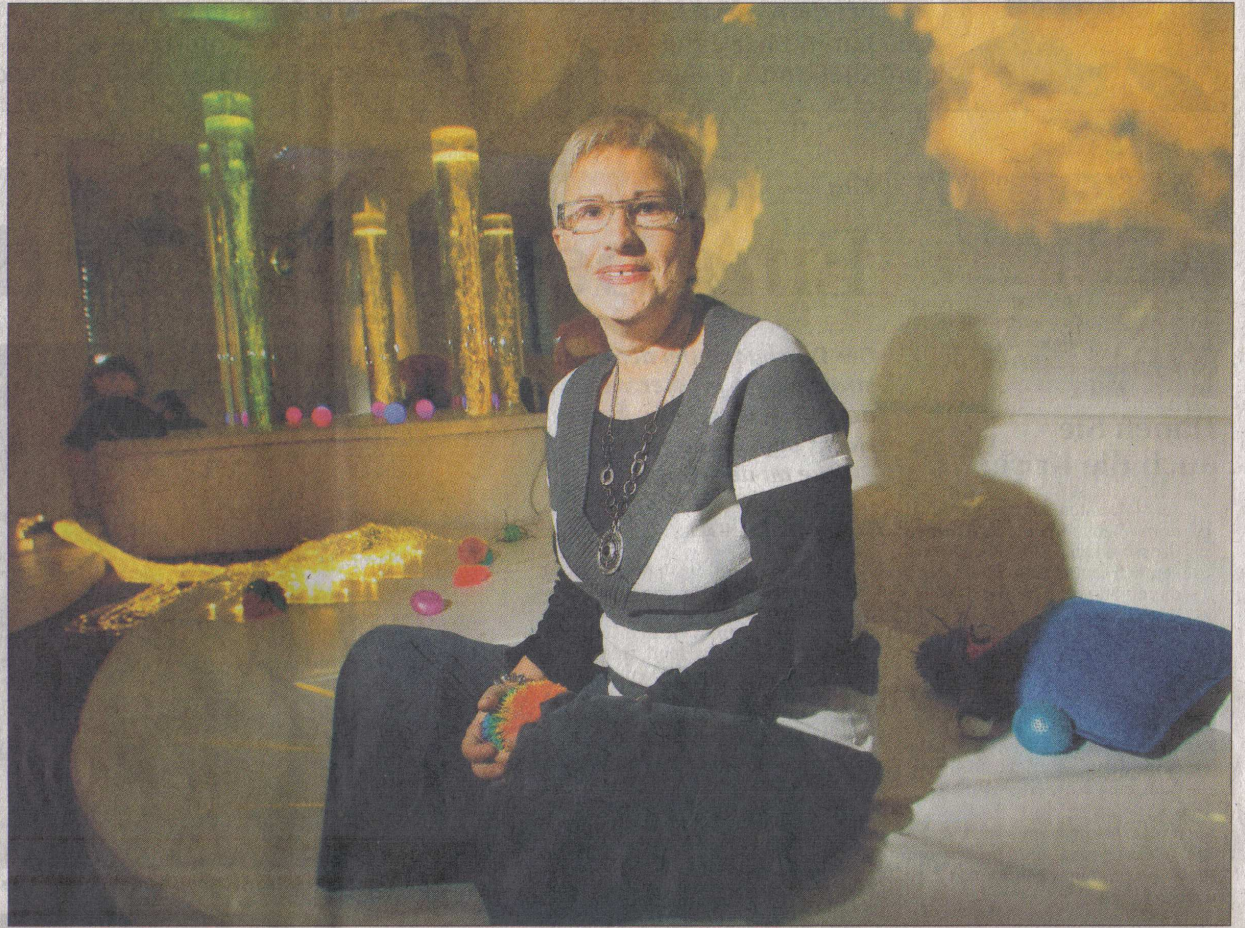
Mit allen Sinnen ausruhen



KATIJANA HARASIC

Sie hat in Baar einen Raum eröffnet, um die Sinne zu reizen.

Seite 26



Katijana Harasic hat es sich gemütlich gemacht: Hier im Snoezelen-Raum hat Wohlfühlen Priorität.

BILD STEFAN KAISER

Herein, entspannen, wohl fühlen. So lautet die oberste Devise in Katijana Harasics Reich. In einem Nebengebäude des Pflegezentrums Baar, im zwölften Stock, hat sie ihre Oase für die Sinne geschaffen: einen Snoezelen-Raum (siehe Kasten). Erster Eindruck: alles weiss, Wände und Decke, Matten, Sofa, Sitzsack, Wasserbett. Erste Frage: Schuhe ausziehen? «Nicht nötig.» Also herein – und aufs Sofa. Im Hintergrund klingen meditative Melodien. Ein an die Wand projizierter Wolkenhimmel zieht vorbei. In hohen gläsernen Wassersäulen steigen Blasen auf. Am Boden liegen Stränge von Lichtfasern, deren Fäden regelmässig die Farbe wechseln. Katijana Harasic, 52 Jahre alt, gebürtige Kroatin und seit 18 Jahren in der Schweiz, macht es sich im Schneidersitz auf einer Matte bequem, knetet bedächtig einen bunten Knäuel. «Das ist ein multisensorischer Raum, er dient der Wahrnehmung in allen Bereichen», sagt sie, geht zur Stereoanlage, dreht die Lautstärke auf und demonstriert, was sie meint. Der Bass wummert – auch im Innern des Polsters. Das Sofa vibriert. Licht, Klang und Berührung verschmelzen.

Arbeit mit Demenzkranken

Beim Snoezelen gehe es um Stimulation, sagt Katijana Harasic. «Um Förderung und Entspannung zugleich.» Das Konzept sei für alle geeignet. Besonders aber auch für ältere Leute oder Demenzkranke. «Viele von ihnen verlieren

das Körpergefühl, nehmen Reize nicht bewusst wahr – in einem solchen Raum lenkt sie nichts von den eigenen Sinnen ab.» Katijana Harasic arbeitet als Pflegefachfrau HF mit einem Teilzeitpensum im Pflegezentrum Baar auf einer Demenzstation. Auch dort gibt es einen Snoezelen-Raum zur Entspannung.

Erfahrung weitergeben

In ihrer eigenen Oase soll es nicht nur darum gehen. Die Pflegefachfrau möchte ihre Erfahrung weitergeben – an Menschen aus diversen Branchen, die das Snoezelen in ihre Arbeit einfließen lassen könnten. Das könne an vielen Orten geschehen, sagt sie; bei der Arbeit mit geistig oder körperlich Behinderten, im Kindergarten oder in der Schule mit hyperaktiven Kindern.

**«Das ist keine Esoterik,
das ist kein Wellness.»**

KATIJANA HARASIC

Katijana Harasics Spezialgebiet ist die Arbeit mit Senioren und im Demenzbereich. Eineinhalb Jahre hat sie in Erlangen und Berlin an der Humboldt Universität studiert, im Februar dann die international anerkannte Zusatzqualifikation «Lehrkraft Snoezelen» der International Snoezelen Association erworben. Als erste Schweizerin. Um in ihren Aus- und Weiterbildungskursen verschiedene Gebiete abzudecken, holt sie

sich die Hilfe externer Dozenten. Denn das Begleiten des Snoezelens will gelernt sein. «Zum Beispiel ist es wichtig, in den ersten Sitzungen genau zu beobachten, wie ein Mensch auf Stimulationen reagiert, was er mag.» Besondere Vorsicht ist beim Einsatz von Düften gefragt: «Gerüche sind von der Biografie bestimmt, nichts kann so stark Erinnerungen wecken wie ein Geruch.» Im Zweifelsfall setzt sie auf Rose. Oder Lavendel.

«Nur fassbar»

Schulung sei auch wichtig, weil «viele Leute nicht wissen, was in einem solchen Raum alles möglich ist». Grosse Emotionen, zum Beispiel. Tränen sind in Katijana Harasics Sitzungen keine Seltenheit. Sie erzählt von einer älteren Frau, die sich beim Betreten ihres Snoezelen-Raums gleich auf die Lichtfasern stürzte, diese streichelte und sich an Weihnachten erinnerte. «Plötzlich weinte sie», sagt die Pflegefachfrau. In solchen Momenten zähle das Verständnis. «Kontraproduktiv wäre es, die Frau aus dem Raum zu nehmen.»

Eine starke Erfahrung war ihr auch der erste eigene Aufenthalt in einem Snoezelen-Raum. Vor etwa vier Jahren besuchte sie ihr erstes Modul – und war sofort überzeugt. «Das ist keine Esoterik, das ist kein Wellness – alles ist fassbar», sagt sie. «Ich habe gleich an die Bewohner im Pflegezentrum gedacht und mich gefragt, wie sie zu solchen Berührungen kommen.» Da wusste sie: «Ich habe meine Welt gefunden.» SARAH KOHLER

EXPRESS

- ▶ Katijana Harasic hat in Baar ihren eigenen Snoezelen-Raum eröffnet.
- ▶ Dort will sie andere Menschen in der Technik aus- und weiterbilden.

SNOEZELLEN

Aus Holland

Der Kunstbegriff «Snoezelen» (sprich: snuuseln) setzt sich aus den holländischen Wörtern «snuffelen» (schnüffeln, schnuppern) und «doezelen» (dösen, schlummern) zusammen. Er wurde 1978 von den niederländischen Zivildienstleistenden Ad Verheul und Jan Hulsegge geprägt. Unter Snoezelen versteht man den Aufenthalt in einem gemütlichen Raum, in dem man von Klängen, Lichteffekten sowie Düften umgeben ist, die angenehme Erinnerungen wecken sollen. Seit den Neunzigerjahren ist das Snoezelen weltweit verbreitet.

2001 wurde die International Snoezelen Association (ISNA) gegründet. Sie propagiert das Snoezelen auch als therapeutische Methode für Menschen aller Altersgruppen – bei psychischen Problemen wie auch bei physiologischen Erkrankungen oder in der Palliativmedizin. sak