

De invloed van knuffelen en snoezelen op mensen met dementie

Ruiken, zien, voelen en horen. De vier zintuigen van een mens om de wereld te ontdekken en in perspectief te plaatsen. Erg belangrijk voor ieder persoon, maar vooral voor iemand met dementie. Om de zintuigen te activeren is het snoezelen in het leven geroepen. Snoezelen is een vorm van zintuigactivering in een sfeervolle omgeving. Alle zintuigen kunnen geprikkeld worden door middel van geuren, aanraking, muziek, warmte, smaken en licht.



Snuffelen en doezelen

Het woord snoezelen komt voort uit een samentrekking van de woorden snuffelen en doezelen. Snuffelen is het verkennen van iets gericht op de basale zintuigelijke waarnemingen. Doezelen is een passieve handeling waarbij een warm en behaaglijk gevoel van rust en ontspanning heerst.

Snoezelen gebeurt zowel in groepsverband als individueel. In groepsverband wordt er vaak gebruik gemaakt van een snoezelruimte. Een snoezelruimte is ingericht als een rustige ruimte waarin materialen aanwezig zijn die de zintuigen prikkelen. Er wordt een beroep gedaan op het ruiken, proeven, kijken, voelen en horen. Zo zijn er bijvoorbeeld parfums, bloemen, koekjes, drankjes, lichteffecten of glinsterende en gekleurde voorwerpen aanwezig zijn. Ook kunnen er kussens, knuffels, poppen of zand aanwezig zijn om te voelen. En kan er allerlei muziek worden afgespeeld middels een geluidsinstallatie. Het doel van snoezelen is het creëren van een omgeving waarin

mensen met dementie rust en ontspanning ervaren in een comfortabele setting. Gewoon dement mogen zijn en in hun waarde worden gelaten. Zodat zij zich in de gelegenheid gesteld voelen om hun emoties en gevoelens te kunnen uiten.

Het ontstaan van snoezelen

Snoezelen stamt uit de jaren zeventig en ontstond bij 's Heeren Loo, op de Hartenberg in Wekerom. Een van de bedenkers van het snoezelen, Ad Verheul, werkte hier in die tijd als 'spelleider' voor de bewoners, van wie 80% een ernstig meervoudige beperking (EMB) heeft. Toentertijd werden bewoners met een EMB nog gezien als patiënten. Zij woonden niet in een woning, maar sliepen in slaapzalen en werden verzorgd door 'zusters'. Er was weinig uitdaging en zij lagen dan ook vaak de hele dag op bed naar het plafond te staren. Om deze passiviteit te doorbreken onderzocht Ad samen met een collega of zij deze mensen meer konden bieden. Hij wist vanuit zijn opleiding op de Kunstacademie dat de omgeving een grote invloed heeft op de mens. Ad en zijn collega startten daarom met het verrijken van de omgeving door simpelweg mobiles boven de bedden te plaatsen. Hierop kregen zij subtiele reacties zoals een actieve beweging van de ogen of een arm die naar boven ging. Zij noemden destijds dit experiment 'primaire activering'. Op een congres ontdekten zij dat in twee andere zorginstellingen een soortgelijke ontwikkeling gaande was, waarbij het instituut Haarendal de naam 'snoezelen' gebruikte. Ad Verheul en zijn collega hebben deze term toen overgenomen en zo ontstond de basis voor het snoezelen zoals wij het nu kennen.

Snoezelen in de praktijk

In de zorginstellingen waar gesnoezeld wordt, wordt het snoezelen vaak op de individuele bewoner aangepast. Door observatie van bewoners en vraaggesprekken met familieleden wordt achterhaald hoe de bewoner zijn leven heeft geleefd en wat hij wel of niet prettig vond. Op basis van deze informatie wordt de snoezelkamer aangepast. Bijvoorbeeld door zijn of haar lievelingsmuziek op te zetten, de bewoner zachte voorwerpen te geven en bekende geuren te laten ruiken, zoals verse koffie. Om een kamer optimaal in te richten om te snoezelen, wordt de cursus snoezelen gegeven. Hierbij leert het verzorgend personeel hoe te zoeken naar ervaringen uit het verleden van de bewoner, zoals gebruiken, gewoontes en geurassociaties.

Resultaten in de praktijk

Volgens het NIVEL onderzoek zijn ouderen in verpleeghuizen met dementie met wie dagelijks gesnoezeld wordt, minder apathisch, minder opstandig en minder agressief. Zij klagen minder en hebben ook meer plezier met het verzorgend personeel. Ook het verzorgend personeel ervaart veel voordelen van het snoezelen. Zo zijn zij tevredener over de kwaliteit van zorg die ze leveren, over het contact dat zij hebben met de bewoners en over hun eigen professionele ontwikkeling. Zij ervaren minder werkstress en voelen zich minder opgejaagd door de werkdruk. Volgens het NIVEL onderzoek maakt snoezelen het verzorgend personeel zelfverzekerder: zij kunnen beter inspelen op 'moeilijk' gedrag van mensen met dementie omdat zij weten wat een individuele bewoner prettig vindt of waar hij of zij rustig van wordt.

Korte termijn effect

Er is veel onderzoek gedaan naar snoezelen en de beschreven positieve effecten worden hierbij onderschreven. Zo heeft driekwart van alle verpleeghuizen in Nederland al een speciaal ingerichte snoezelkamer, waar de bewoners tot rust kunnen komen. Echter is uit onderzoek gebleken dat de positieve werking van het snoezelen verdwijnt wanneer de bewoners weer in de, toch vaak steriele, omgeving van de afdeling komen. Om te zorgen voor een langdurig effect zal het snoezelen onderdeel moeten uitmaken van de dagelijkse zorg. Zo legt Julia van Weert, professor of health communication uit: “De zorg in verpleeghuizen is van oudsher taakgericht. Om tien uur moet iedere bewoner uit zijn bed zijn, om vijf uur moeten ze eten. Door de zintuigactivering te laten versmelten met de dagelijkse zorg, werken zorgverleners meer persoonsgericht. Zo moeten de klok leren loslaten. En dat is een hele cultuuromslag!” Een manier om dagelijks snoezelen mogelijk te maken is door in de gangen van een zorginstellingen kleine snoezelhoekjes te creëren. Dit zorgt er ook voor dat ouderen met dementie niet gaan dolen, maar stil blijven staan bij deze snoezelhoekjes. Door slim om te gaan met de huidige structuur en hier het snoezelen in te passen, kan de kwaliteit van het leven van mensen met dementie aanzienlijk verbeterd worden.

Kozie heeft het mogelijk gemaakt om het snoezelen niet op een vaste plek te laten plaatsvinden, maar ook flexibel in te zetten. Met KozieMe kun je snoezelen in elke mogelijke ruimte, omdat het kussen draagbaar is. Zo kan het verzorgend personeel het snoezelen bij de mensen brengen, in plaats van de mensen naar een vaste snoezelplek te brengen. Zo kan iedereen genieten van het snoezelen, ook mensen die minder mobiel zijn. Benieuwd naar de producten van Kozie en het snoezeffect ervan? Neem dan contact op met ons team!

Bronnen:

<https://www.werkenindeouderengeneeskunde.nl/specials/belevingsgerichte-zorg-bij-dementie/snoezelen/>

[NIVEL onderzoek naar de effecten van snoezelen op stemming en gedrag van demente verpleeghuisbewoners en werkbeleving van verzorgenden](#)

<https://www.zorgwelzijn.nl/snoezelen-heeft-positief-effect-op-ouderen-en-zorgverleners-de-klok-leren-loslaten-zwz012589w/>