

ESTIMULACIÓ MULTISENSORIAL.

AULA D'ESTMULACIÓ MULTISENSORIAL I ESPAIS SNOEZELEN.

1. QUÈ ÉS / EN QUÈ CONSISTEIX

L'estimulació multisensorial, com ens indica el seu nom, consisteix en estimular els diferents sentits de la persona per mitjà d'un ventall ampli de tècniques dirigides a proporcionar tot un conjunt de sensacions i estímuls específics. Aquesta proposta pedagògica pot millorar les possibilitats de desenvolupament i la qualitat de vida de l'alumnat.

L'estimulació multisensorial entén que tenim 7 sentits:

1. El sentit de la vista.
L'òrgan principal són els ulls. Té a veure amb tot allò relatiu a la visió. És el sentit encarregat de detectar i analitzar les imatges que provenen del món exterior. Està molt relacionat amb el sentit vestibular.
2. El sentit de l'oïda.
L'òrgan principal és l'orella (oïda externa, mitjana i interna). És el sentit encarregat de detectar i analitzar els sons propis i els que provenen del món que ens envolta. Està molt relacionat amb el sentit vestibular.
3. El sentit del gust.
L'òrgan principal és la llengua. Juntament amb el sentit de l'olfacte són sentits químics i els més primitius de l'àmbit filogenètic. El gust ens informe sobre els sabors.
4. El sentit de l'olfacte.
L'òrgan principal és el nas, concretament uns receptors que s'ubiquen a les fosses nassals. L'olfacte ens ajuda a reconèixer les olors.
5. El sentit del tacte.
L'òrgan principal és la pell. La pell té molts tipus de receptor diferents. El sistema tàctil és el sistema sensorial més gran i té una funció vital en el comportament humà tant físic com mental i emocional. En la percepció tàctil podem parlar de tacte actiu i tacte passiu. El tacte actiu es dona quan hi ha un control actiu del subjecte sobre la informació tàctil que rep. El tacte passiu es dona quan el subjecte no exerceix cap tipus de control en la recepció d'aquest tipus d'estímuls.
6. El sentit propioceptiu.
Es refereix a la informació relativa a la posició espacial (postura) i al moviment de les parts del cos originat per l'estimulació mecànica de les articulacions mòbils, dels músculs i dels tendons. El sentit propioceptiu ens informa de la posició, orientació i rotació del cos a l'espai, i de la posició i els moviments dels diferents parts del cos. Les sensacions que ens ajuden a poder-ho sentir són les que ens aporta el moviment.

Aquest sistema és gairebé tan gran com el tàctil, ja que de músculs i articulacions en tenim per tot el cos. A més propiocepció, més moviment. A menys propiocepció, els moviments són més lents i requereixen més esforç.

7. El sentit vestibular.

Està lligat amb l'òrgan de l'oïda, concretament amb l'oïda interna, amb la complexa estructura de l'anomenat laberint. Ens dona informació sobre la nostra percepció, posició i orientació del cos a l'espai (postura, equilibri, moviment, etc.).

El concepte *snoezelen* el creen Ad Verheul i Jan Hulsegge a mitjans dels anys 70 a Holanda. La paraula prové de la contracció de: *snuffelen* i *doezelen*, dues paraules holandeses que signifiquen quelcom semblant a olorar i relaxar-se o dormir. Neix amb la filosofia que les persones amb discapacitat severa tenen dret a gaudir d'experiències agradables en què no hi hagi un propòsit imposat o una direcció total de l'activitat per part d'un altre subjecte.

“El concepte *snoezelen* té com a objectiu proporcionar unes experiències sensorials agradables estimulants els sentits primaris, sense necessitat d'una activitat intel·lectual i en una atmosfera de confiança i relaxació” (Burns i col., 1999). Es dur a terme en un espai que sol estar força fosc, amb música ambiental agradable, diferents estímuls pels diferents canals de percepció i un entorn segur. La “no direccionalitat” és fonamental. La seva filosofia el planteja com un enfocament obert, sense objectius per endavant i alliberats de les expectatives del professional que l'acompanya, en què cada usuari construeix la seva pròpia elecció.

2. JUSTIFICACIÓ

Les sensacions nodreixen el sistema nerviós (SN) i aquest ens permet relacionar-nos amb nosaltres mateixos/es i amb l'exterior. Les persones amb discapacitat intel·lectual presenten majoritàriament una alteració en el desenvolupament i/o funcionament del SN central i dels diferents òrgans sensorials que formen part.

“Res hi ha a l'intel·lecte que no hagi entrat abans pels sentits”.

“Les sensacions construeixen la part principal dels nostres coneixements tant sobre el món exterior com sobre el nostre propi organisme”.

Les afirmacions de Guirao fonamenten i justifiquen la importància de treballar l'estimulació multisensorial a l'escola. Un treball en aquesta línia pot millorar les possibilitats de desenvolupament i la qualitat de vida de l'alumnat.

3. ALUMNES A QUI S'ADREÇA

L'activitat pot afavorir el desenvolupament de qualsevol alumne/a de l'escola. Des del centre l'adrecem especialment a l'alumnat amb les següents característiques:

- Alumnat amb pluridiscapacitat (intel·lectual, motriu i/o sensorial). Per aquests alumnes l'estimulació multisensorial és la base de la intervenció educativa, ja que se'ls ofereix estímuls als quals no tindrien accés per les seves característiques.
- Alumnes amb trastorn del espectre autista (TEA) i discapacitat intel·lectual moderada, severa i profunda. Per aquests alumnes l'estimulació pot ser una proposta de treball complementària al treball curricular.

4. OBJECTIUS QUE ES TREBALLEN

- Experimentar sensacions a través dels 7 sentits: visuals, auditives, olfactivas, gustatives, tàctils, propioceptives i vestibulars.
- Percebre, respondre i integrar estímuls dels diferents sentits.
- Augmentar la capacitat de percepció i resposta als estímuls de l'entorn.
- Experimentar les pròpies possibilitats motrius de moviment.
- Ser capaç de regular el propi to muscular.
- Assolir estats de relaxació corporal, i si és possible cognitius i emocionals també.
- Mostrar i comunicar emocions, interessos i preferències per mitjà d'expressions facials, corporals, emissió de sons, paraules, frases, etc.
- Comprendre la relació causa-efecte per mitjà de l'ús de commutador.
- Afavorir la relació o relacions amb la professional o les professionals que intervé o intervenen a l'activitat.

5. COMPETÈNCIES I ÀMBITS MÉS DESTACATS

Àmbits:

- Desenvolupament personal i social.
- Desenvolupament emocional
- Desenvolupament comunicatiu
- Desenvolupament cognitiu

Competències:

- **Comunicativa**
- **Competència personal i coneixement del món físic**
Competència d'autonomia i iniciativa personal
- **Competència metodològica**
Competència d'aprendre a aprendre

6. ESPAI I MATERIAL

- L'aula d'estimulació multisensorial està equipada amb diferents elements, fixes i mòbils, que faciliten l'assoliment dels objectius del treball que s'hi duu a terme.
 - Elements fixes: llit d'aigua, columna de bombolles, fils de fibra òptica, piscina de boles, roda de colors + bola disco, fluorescents UV, projector ambiental, negatoscopi, equip de so + pc amb doble connexió, als altaveus exteriors i als altaveus del llit d'aigua que emeten so i vibració. L'aula disposa de tres elements commutatats, els quals l'alumnat els pot activar i desactivar per mitjà d'un commutador. Aquest són: la columna de bombolles, els fils de fibra òptica i el projector ambiental.
 - Elements mòbils. A l'exterior de l'aula hi ha caixes amb material divers: lluminós, fluorescent, fosforescent, textures, objectes de massatge, d'aigua, brillants... També hi ha bosses que pertanyen a l'activitat de joc heurístic i que afavoreixen aquest treball. En aquest sentit són objectes, més aviat quotidians, de diferents característiques, de cartró, plàstic, metall, naturals, fusta, durs-tous, etc. I altres materials per afavorir l'estimulació olfactiva, caixa d'olors i difusor d'aromes. I materials per treballar el sentit del gust, aparells per facilitar el tast d'aliments.
- Dutxa seca. Algunes aules disposen d'una estructura base la qual penja del sostre i es pot regular la seva alçada. D'aquesta plataforma s'hi pengen materials amb la intenció de crear atmosferes i/o estimular a l'alumnat a interaccionar-hi.
- Material pedagogia de la llum. Disposem d'un material catalogat, especialment per treballar tot allò relatiu a la relació que es crea entre la llum i la foscor. Taules de llum de diferents mides i característiques, material divers per treballar sobre d'aquestes, objectes per treballar en un ambient de fosforescència i fluorescència, retroprojectors, negatoscopis, fluorescents UV portàtils, material per treballar ombres, miralls flexibles, etc.
- Material habilitats manipulatives (etapa 1). Material divers, amb diferents característiques, que sol suggerir quelcom, com obrir-tanca, tancar-destancar, posar-treure, estirar-afluixar, encaixar-desencaixar, enfilar-desenfilear, cargolar-descargolar, construir-destruir, etc.
- Pantalles digitals (PDI). Programes interactius de diferents temàtiques.
- Bany terapèutic, lavabo adequat per aquesta finalitat.

7. ASPECTES METODOLÒGICS

L'estimulació multisensorial es pot treballar a diverses activitats i a diferents espais de l'escola. Entre ells, a l'aula d'estimulació multisensorial.

El treball a l'aula d'estimulació pot ser individual o grupal. Estructura del treball a l'aula d'estimulació, aspectes generals:

- Previ. La professional prepara, previ a l'arribada de l'alumnat, l'ambient de l'aula. Ex: columna de bombolles i fils de fibra òptica encesos + música ambient. Aquest ambient pot ser canviant en funció del que es treballarà a continuació o també pot ser sempre el mateix per donar la benvinguda i l'inici al treball.
- Ritual d'entrada. Les professionals mostren l'objecte referencial per indicar l'arribada a l'aula i l'inici de l'activitat. L'alumnat es treu les sabates i s'entra.
- Un cop a dins, els elements i la intervenció de la/les professional/s solen suggerir el treball d'estimulació que s'hi vol dur a terme. Aquests elements poden ser anticipats prèviament amb un plafó de comunicació que hi ha a l'interior de l'aula. Aquest plafó també es pot utilitzar perquè sigui l'alumne/a qui esculli amb l'element que vol treballar. Es recomana treballar amb un màxim de tres estímuls simultàniament.
- Ritual de sortida. La/les professional/s anticipen el final de la sessió verbalitzant-ho i per acabar apaguen tots els estímuls, menys un. Aquest últim l'encenen i l'apaguen tres cops, contant amb veu alta, per anar anticipant el final de la sessió. Un cop apagat, obren la porta perquè entri lleugerament la llum ambiental i l'alumnat surt i es vagi a posar les sabates.

Tant en el procés previ com final, la/les professional/s cal que tinguin en compte les pautes de funcionament tècnic del material de l'aula per la seva conservació.

Principis Bàsics d'Actuació

- Principi d'estructura. És important que les sessions tinguin sempre la mateixa estructura, és a dir un inici (per exemple, treure sabates i cantar una cançó, o ensenyar el SPC de l'aula). Llavors es desenvoluparia l'activitat i finalitzar la sessió amb una altre rutina (per exemple, recollir el material i endreçar el SPC). L'estructuració de les sessions ajudarà a la possible anticipació dels alumnes.
- Principi d'equilibri. Cal oferir els estímuls adequats, es a dir, ni pocs ni masses. Es recomana un màxim de 3 estímuls simultàniament.
- Principi de contrast. Per integrar podem ajudar oferint contrastos (llum-fosc, soroll- silenci, moviment- quietud, lent- ràpid, suau- rugós, fred- calent)
- Principi del ritme. Respectant el temps de resposta dels nens cal donar un tempo a l'activitat.
- Principi de simetria. El nostre cos està estructurat simètricament per tant caldrà estimular el cos de forma simètrica. Importància del control postural i integració de l'esquema corporal.

- Principi de tensió- relaxació. El to corporal ha d'anar fluctuant de forma que la persona estigui còmode.
- Període de latència. Saber esperar la resposta o reacció de la persona respectant el seu temps de resposta.
- Interacció personal
- Naturalitat. Cal que les activitats que es porten a terme tinguin un significat i una relació amb les activitats de la vida diària.
- Individualitat. Treball adaptat a cada individu segons les seves necessitats.

8. LLISTAT I RECULL DE PROPOSTES I ACTIVITATS

Visual:

- Aparells fixes de l'aula d'estimulació: roda de colors i gir de la bola de miralls, projector ambiental, columna de bombolles, fibres òptiques, negatoscopi i llum UV.
- Materials de les caixes de fora l'aula d'estimulació: objectes d'aigua, objectes de llum, objectes brillants, objectes fluorescents i fosforescents, etc.
- Material de l'activitat pedagogia de la llum.
- Treballar la reacció, la fixació i el seguiment amb diferents intensitats de llum (foscor, llum tènue i màx. llum).

Auditiva:

- Aparells fixes de l'aula d'estimulació: aparell de música, micròfon, matalàs d'aigua amb música i vibració, etc.
- Material de les caixes de fora de l'aula d'estimulació: objectes sonors, objectes de llum i sonors, etc.
- Treballar reacció i localització amb estímuls de diferents tipus (instruments, objectes, veu humana, etc.) i intensitats (dèbil, intermitja, forta).

Tàctil, pell i manipulació

- Massatges o fregues amb diferents textures. A les caixes de l'aula d'estimulació hi ha molts materials.
- Material de joc heurístic o paneres i jocs de davant de l'aula estimulació o aparells fixes de l'aula d'estimulació. Són diferents materials amb diverses característiques que permeten a l'alumne manipular una gran varietat de textures o aproximar-los-hi estímuls tàctils.
- Manipulació de diferents elements que tenim a l'entorn proper, des de terra, farina, fulles...
- Circuit de panells de diferents textures per a trepitjar o tocar amb les mans, el material es troba al porxo.
- Treball de la temperatura. Fred, gelat, natural, tebi i calent. Es poden utilitzar coixins de llavors, pedres, aigua amb safates d'experimentació, gel de la farmaciola, etc.
- Treball amb les diferents qualitats dels objectes: dur-tou, líquid-sòlid, suau-aspre...

Olfactiva

- Olis essencials impregnats en objectes o difosos amb un difusor d'aromes.
- També es pot treballar amb diferents materials habituals al nostre entorn (cafè, llimona, flor, plantes aromàtiques, fruites. etc.).
- Treballar la reacció olfactiva a partir de les diferents qualitats de les olors (florals, de fusta, de fruites, etc.).

Gustativa

- Tastar diferents tipus d'aliments: dolç, salat, amarg, àcid i umami. Pel tast es poden fer servir utensilis de l'aula llar o utensilis adaptats d'estimulació oral o altres, si escau.
- Treballar la reacció gustativa a partir de les diferents qualitats del gust.

Propioceptiva

- Vibració amb la veu pròpia i dels altres.
- Vibració a través de diferents instruments musicals (dijeridoo, tambors, timbals, boles de relaxació...)
- Aparells de massatge i vibració: coixins, matalàs, vibradors de massatge, raspalls, esponges i tot el material que hi ha a les caixes de fora de l'aula d'estimulació.
- Pilota bobath (quan li acostem un altaveu o un aparell de vibració el so es transmet a través de l'aire de la pilota), també podem fer pressions sobre el cos de la persona o treballar-hi a sobre fent rebots a diferents posicions...
- Teles per embolcallar-se.
- Estructures amb matalassos i materials d'escuma. Es pot trobar el material al gimnàs i al porxo de l'escola.
- Piscina de globus o boles.
- Matalàs d'aigua a l'aula d'estimulació.
- Treballar la resposta propioceptiva a diferents parts del cos. Tronc superior i inferior. Cap i cara, espatlles, braços, colzes, canells, mans, dits, esquena, pit, panxa, malucs, cames, genolls, peus...

Vestibular:

- Treballar la resposta a l'acceleració lineal, angular, vertical i a la inversió.
- Treballar des de diferents posicions assegut, estirats panxa amunt, avall o de costat, de genolls, drets...
- Hamaques
- Teles
- Gronxadors
- Plat inestable
- Llit elàstic
- Matalàs d'aigua
- Piscina de pilotes
- Pilota bobath
- Lliscaments amb diferents materials: pilotes bobath, planxes amb rodes, teles, matalassos, patinets...
- Diferent material tou i dur de psicomotricitat.
- Tapís d'aigua (piscina): preguntar Judit definició

9. IMPLICACIÓ DE LES FAMÍLIES

Les famílies poden participar en aquest treball d'estimulació multisensorial duent material de casa. Ex: es treballa la tardor, es demana que portin diferents coses relacionades amb els colors de la tardor, les textures, els gustos, les olors, etc.

També hi poden participar des de casa proposant als seus fills i filles, activitats domèstiques o extraescolars que beneficiïn l'estimulació multisensorial. Ex: un berenar amb gustos diversos o contrastats, un massatge amb les mans, amb objectes o amb diferents temperatures, passejades pel bosc, anar a la piscina, anar a la neu, a la platja, etc. I per acabar, aquells que ho trobin oportú, també es poden informar sobre els *espais snoezelen* i intentar crear un espai en aquesta línia a casa.

10. ALTRES

L'activitat d'estimulació oral consisteix en treballar la musculatura orofacial (cara i boca) per facilitar la deglució dels diferents aliments, ja siguin líquids, sòlids o pastosos i afavorir així l'alimentació. També s'insisteix en la inspiració de l'aire a través del nas per facilitar la utilització de la boca.

S'elabora un pla de treball per cada alumne, escollint les activitats que siguin més adients per treballar els objectius plantejats.

Aquesta activitat es realitza un matí a la setmana com a treball conjunt de logopèdia i fisioteràpia i la duu a terme l'alumnat que presenta dificultats en la deglució. Per més informació podeu consultar el document, a part, de l'activitat. També es duen a terme altres activitats com musicoteràpia, percussió, educació física, equinoteràpia, treball per ambients...