

# Détente et stimulation sensorielle : qu'est-ce que le Snoezelen ?

VOIX DES PATIENTS - 14/12/2016

[HTTPS://WWW.VOIXDESPATIENTS.FR/DETENTE-STIMULATION-SENSORIELLE-QUEST-SNOEZELLEN-2.HTML](https://www.voixdespatients.fr/detente-stimulation-sensorielle-quest-snoezelen-2.html)

---

En l'espace de 30 ans, elle s'est imposée comme l'une des formes de thérapies non médicamenteuses privilégiées dans les établissements de santé. Mais le concept Snoezelen est aujourd'hui également appliqué dans le secteur de la petite enfance, et même en milieu professionnel.

Certains employeurs n'hésitent pas à consacrer des espaces dédiés pour participer au mieux-être de leurs collaborateurs. Importée des Pays Bas, cette technique allie détente et stimulation sensorielle. Avec pour objectifs : le bien-être du patient, une meilleure intégration de celui-ci à son environnement, un relationnel apaisé avec les soignants et/ou les proches aidants et une prise en soin plus efficace.

Si la prononciation peut en refroidir plus d'un, le dispositif est lui, des plus chaleureux et trouve son origine dans la contraction de deux mots néerlandais : Snuffelen pour renifler, sentir et Doezenen pour somnoler, se laisser aller à la détente. Il faudrait donc grossièrement traduire le terme Snoezelen par « le plaisir de la détente dans une ambiance propice. » Voilà pour la sémantique...

## **Snoezelen : entre musicothérapie, luminothérapie et exploration sensorielle.**

En établissement ou à domicile, qui pénètre un espace Snoezelen a littéralement l'impression de passer dans un autre monde. Une sensation assurément accentuée par les couleurs fluo tranchant avec le noir dans lequel la salle est (bien souvent) plongée. Sans oublier, en toile de fond, une musique douce. Voilà pour l'ambiance...

L'expérience Snoezelen est donc un concept qui met en action les sens primaires (vue, toucher, odorat, sens de l'équilibre-vestibulaire, audition) du patient, le tout dans une atmosphère de détente et de confiance. En d'autres termes et pour résumer : la stimulation sensorielle pour permettre la relaxation, favoriser le bien-être et, par conséquent, la communication avec le monde extérieur.

### **« Ici, tout est pensé pour rassurer et détendre les patients »**

Les patients se retrouvent la plupart du temps installés dans des salles dites « de stimulation sensorielle ». L'accompagnement Snoezelen peut également être pratiqué en chambre ou en salle de bain. Des espaces aménagés à l'aide d'un chariot Snoezelen dédié ou au moyen d'objets spécifiques (lampes proposant des jeux de couleurs, éclairages colorés-tamisés, guirlandes électriques, hologrammes, projections, instruments sonores, diffuseurs de parfums, sols inégaux et parcours pour travailler la recherche d'équilibre. La stimulation des sens est, quant à elle, est favorisée par la musique, les jeux de lumière (colonnes à bulles), des vibrations, les sensations tactiles et olfactives (aromathérapie).

*Ici, tout est pensé pour rassurer et détendre les patients, calmer leurs angoisses et ainsi assurer un soin dans des conditions optimales. L'accompagnement Snoezelen, qui dure entre 30 et 45 minutes, s'inscrit donc à la fois dans la participation à un soin de confort mais traduit également une attitude éthique afin d'améliorer l'estime de soi du patient, soutenir l'autonomie, encourager la relation à l'autre »,*

explique Judith Mollard-Palacios, psychologue. Et ça marche : une étude menée en 2014 au CHU de Nîmes a montré qu'à la suite d'une prise en soin s'appuyant sur l'approche Snoezelen, les prescriptions d'anxiolytiques, d'antidépresseurs, de somnifères et de neuroleptiques avaient baissé. Les résultats d'autres expériences Snoezelen mises en place dans différentes structures d'accueil indiquent parallèlement une diminution sensible des comportements difficiles et agressifs pendant et après les séances.

## **L'autre grand bénéfice de l'approche Snoezelen : une communication apaisée**

Etablir un climat relationnel propice à l'acte de soin, c'est l'objectif premier de l'approche Snoezelen. En stimulant les 5 sens du patient grâce à la lumière, aux couleurs, à la musique, au toucher et aux senteurs, cette approche aide le patient à s'ouvrir à son environnement tout en facilitant le travail du proche aidant ou des soignants. Le bénéfice est d'autant plus significatif pour des patients dont les pathologies ont tendance à les enfermer sur eux-mêmes : autisme, troubles du comportement, maladies psychiques, pathologies neurodégénératives... Preuve que qualité et efficience de la prise en soin sont parfaitement compatibles avec la satisfaction au travail des équipes soignantes et le bien-être du patient (et de son entourage). « Ces notions ne doivent en aucun cas être dissociées », conclut Judith Mollard-Palacios, psychologue.

### **Des formations pour l'aidant**

L'aidant familial peut se former s'il souhaite avoir recours au concept Snoezelen à domicile.

La formation doit permettre de prendre connaissance de la philosophie Snoezelen, d'appréhender ces enjeux et d'expérimenter les différentes approches sensorielles par de multiples mises en pratique en espace Snoezelen.