

# Inhalt

<b>Snoezelen – ein Zauberwort für süßes Nichtstun</b> . . . . .	4
<b>Der weiße Raum</b> . . . . .	11
Die Grundausstattung . . . . .	11
Raumgestaltung konkret . . . . .	22
Vorbereitung und methodische Anregungen . . . . .	27
<b>Die Seele baumeln lassen – Entspannen im Snoezelen-Raum</b> . . . . .	29
Was ist Entspannung? . . . . .	29
Entspannungsmethoden . . . . .	29
Entspannungsmusik . . . . .	31
Fantasiereisen zur Entspannung . . . . .	35
Zur Methodik von Fantasiereisen . . . . .	36
Atemgeschichten . . . . .	41
Traumgeschichten . . . . .	44
<b>Mit den Sinnen spazieren gehen – Wahrnehmen im Snoezelen-Raum</b> . . . . .	54
Was ist Wahrnehmung? . . . . .	54
Methodik zur Wahrnehmung . . . . .	55
Vestibuläre Wahrnehmung – Alles was schaukelt und schwindelig macht . . . . .	56
Somatische Wahrnehmung – Zuwendung über die Haut . . . . .	63
Akusto-vibratorische Wahrnehmung – Töne fühlen können . . . . .	69
Auditive Wahrnehmung – Ungewöhnliche Hörerlebnisse . . . . .	70
Visuelle Wahrnehmung – Perspektivenwechsel . . . . .	76
Taktile Wahrnehmung – Fun-Tastereien . . . . .	92
Olfaktorische Wahrnehmung – Immer der Nase nach . . . . .	97
Gustatorische Wahrnehmung – Auf der Zunge zergehen lassen . . . . .	107
<b>Snoezelen Im Außenbereich</b> . . . . .	108
<b>Zum Aufbau von Snoezelen-Stunden</b> . . . . .	111
<b>Anhang</b> . . . . .	113
Verwendete und weiterführende Literatur . . . . .	113
Empfohlene CDs . . . . .	113
Register . . . . .	114
Adressen . . . . .	115
Die Autorin . . . . .	116