

Planung einer Snoezelen-Einheit

Doris Lagnaz



Thema / Name der Einheit:

Loslassen und Abschied

Zielgruppe:

Für Menschen, die Menschen in der End of Life Phase begleiten

Zielstellung der Einheit:

Auseinandersetzung mit meinen Vorstellungen von Loslassen und Abschied

Sich meiner eigenen Endlichkeit bewusst sein

Meinen eigenen Ängsten stellen

Phase / Zeit	Inhalt	Organisation / Medien	Ziele
1. Begrüssung und Ankommen Ca. 10Min.	TN ankommen lassen und die Umgebung wahrnehmen lassen Langsam auf sie zugehen und sie auffordern, sich einen Platz zu suchen TN erklären, um welches Thema es geht Einführung ins Thema	Leise Musik / Anlage Wassersäule mit warmen Licht Ein Bild mit Projektor	Ankommen Zeit geben, um sich selber und auf die Umgebung einlassen zu können

Phase / Zeit	Inhalt	Organisation / Medien	Ziele
2. Thema aufnehmen LEBEN Schritt 1 ca. 10Min	Musik hören ohne Bilder: visuelle Wahrnehmungen herausnehmen Nur leichte Lichtspiele TN machen sich Gedanken zum LEBEN	Nur Musikanlage Lied: Somewhere in Time Wassersäule lassen Lichtfilter	Gedanken zum Leben In mich hinein horchen
Schritt 2 ca. 10Min	Nochmals das gleiche Lied spielen und dabei auf einem Blatt ein Bild illustrieren Das Blatt nur auf der einen Hälfte bemalen Thema ist immer noch LEBEN	Malutensilien	Auf sich selber hören und was macht es mit mir
Austausch Ganz kurz	Was bedeutet für mich Leben Wie definiere ich für mich ein erfülltes Leben	Keine Musik	Formulieren der Gedanken für sich selber, zum Thema Leben
Schritt 3 ca. 15Min	Nochmals wie Schritt 2, aber zum Gedanken LOSLASSEN TN bemalen die zweite Hälfte des Blattes Austausch	Lied: Somewhere in Time Wassersäule Warmes Licht	In sich selber hören
Schritt 4 Ca. 5Min	Traumreise Gedicht und Powerpoint	Ganz leise Musik	Loslassen

Loslassen

Ich wünsche loszulassen

Loslassen - was in meinem Kopf den Platz besetzt

Loslassen- damit ich wieder sehen kann

Sehen - was durch die Kraft zum Halten vernebelt war

Loslassen - um wieder atmen zu können

Ohne dass eine Last dagegen drückt

Loslassen – um Durchzuatmen

Loslassen – ohne Angst zu fallen weil ich Dich nicht mehr spüren kann

Loslassen – ohne Angst zu verlieren weil ich Dich nie besessen habe

Loslassen – ohne Angst Dich zu vergessen

Loslassen – ohne Angst die Kontrolle zu verlieren

Loslassen – um Dich gehen zu lassen

Loslassen – um in guten Gedanken bei Dir zu bleiben

Loslassen – nicht Vergessen

Lass die folgenden Aussagen auf dich wirken

Ich kenne alle deine Wege

Ich weiss genau wann du aufstehst oder schlafen gehst

Ich weiss was du denkst

Ich kenne alle deine Wege

Ich wollte genau dich

Du bist kein Zufall, kein Fehler

Ich wollte genau dich

Ich habe Pläne für dich, die so schön und hoffnungsvoll sind

Ich will dir immer gutes tun

Ich bin es, der alle deine guten Wünsche in dich legt

Ich kenne alle deine Wege

Wenn dein Herz zerbrochen ist, dann bin ich bei dir

Du brauchst keine Angst zu haben

Ich kenne deine Wege

Ich tröste dich

Eines Tages werde ich jede Träne von deinen Augen abwischen

Alle Schmerzen deines irdischen Lebens werden Vergangenheit sein

Habe keine Angst

Ich bin bei dir

Ich tröste dich

Ich kenne alle deine Wege