

2.9 Boosheid en agressie verminderen door Shantala

Shantala bij onbegrepen (probleem)gedrag:

Gedrag is een boodschap. Boosheid en agressie van cliënten kunnen zeer bedreigend overkomen. De reactie die u als verzorgende daarop geeft, is van invloed op het gedrag van de cliënt.

Een manier om gedrag op een positieve manier te beïnvloeden is Shantala Speciale Zorg; dit is een gestructureerde aanrakingsmethode vanuit een respectvolle bejegening.

Door bewustzijn van wat jouw manier van bejegenen en aanraken voor invloed heeft op de leefwereld van de cliënt, kun deze op een positieve manier inzetten om een gunstige omgeving en een goed contact creëren.

Hierdoor kan de ander ervaren dat hij zich gezien en (aan) geraakt voelt en kan er veiligheid ontstaan en verhoog je het gevoel van levenskwaliteit en welbevinden.

Een goede aanraking zegt meer dan duizend woorden.

Met een "goede" aanraking kun je lichamelijke spanningen, die gepaard gaan met boosheid en agressie, positief beïnvloeden.

Mensen voelen zich gezien en meer verbonden.

Ontstaat er meer veiligheid en een ander contact (Nabijheidzone)

Kun je de alertheid beïnvloeden

Geef je vertrouwen

Positieve lichaamsbeleving

Werken vanuit de Shantala methode is goed en gemakkelijk toepasbaar binnen verzorgingssituaties en de dagelijkse dingen zoals b.v. wassen/afdrogen, aan- en uitkleden, eten geven, gaan staan en zitten.

Of als ontspanningsmoment/verwenzorg

Als deelbehandeling of hele lichaamsbehandeling.

Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat een goed ervaren aanraking kan zorgen voor aanmaak van de hormonen oxytocine en serotonine. Welke kunnen zorgen voor regulering van alle fysieke systemen en een omlijsting laag leggen rondom de reflexmatige reacties.

Aanraking is een levensbehoefte.

Contactpersoon:

Ria Bartels, docent Shantalamassage en bewegingsagoog ORO