

Shantala Speciale Zorg (SSZ) voor iedereen!

- Shantala (SZ) wordt veelal toegepast bij mensen met een zorgvraag, maar is voor iedereen een *meerwaarde*.
- Aanraken is een levensbehoefte, Shantala gaat uit van de werking van de tastzintuigen en zijn mogelijkheden.
- We leven in een snelle wereld waarin **contact** maken met elkaar steeds vluchtig gebeurt .
(cultuur)
- Mensen raken de balans kwijt tussen het denken en voelen.
- Shantala laat je op een respectvolle wijze je hele lichaam ervaren hierdoor ontstaat er weer balans.
- Nabijheid en aanraken zijn geen garanties voor contact.



Voor de zorgsector verandert Shantala, je kijk op zorg voor altijd

- ▶ Weet jij, als medewerker in de zorg of therapeut, wat jouw lichaamshouding en manier van werken kan bijdragen aan verbetering van levenskwaliteit voor de zorgvrager?
- ▶ Versta en begrijp je de ander zijn lichaamstaal?
- ▶ Meer bewuste aandacht in je dagelijkse handelingen geeft kwaliteit van zorg.
- ▶ Er wordt niet alleen aangeraakt maar bovenal **contact** gemaakt waardoor de ander zich gezien voelt.
- ▶ Dit kost niets meer, zelfs geen tijd, maar levert alleen maar op.



Shantala Speciale Zorg (SSZ) is een gestructureerde aanrakingsmethode die zich mede onderscheidt door een respectvolle benaderingswijze en bejegening en is ontstaan vanuit de Shantala babymassage

- Benaderingswijze vanuit de haptonomie
- Aanraken is taal. Een aanraking zegt meer dan duizend woorden.
- Het belangrijkste verschil tussen massage en aanraking is:
 - Massage een zeer rechtstreekse benadering is, vaak gericht op de klachten of zorgvraag..
 - Aanraking gericht is op contact maken, je verbonden voelen met en voeling hebben met degene die je aanraakt/verzorgt.



Shantala Speciale Zorg

- Aangerakt worden en je goed voelen. Zweverig? Zo klinkt het misschien. Maar dat is het zeker niet.
- Het is namelijk wetenschappelijk bewezen.
- Bovendien, Shantala is gemakkelijk te leren, is eenvoudig en het gaat bovenal uit van een respectvolle benadering.
- Shantala kan een perfect passend hulpmiddel zijn om de band tussen ouder/verzorger en kind/zorgvrager te versterken.
- Vele zorgverleners, ouders en vrijwilligers en anderen die er ervaring mee hebben, zijn zeer enthousiast.



De Shantala methode is in India ontstaan

- ▶ Als een vorm van babymassage.
- ▶ Vanuit deze babymassage is later een gestructureerde **aanrakingsmethode** en een respectvolle **benaderingswijze** ontstaan.
- ▶ De Shantala methode is toepasbaar gemaakt voor iedereen, ongeacht leeftijd, wel/geen zorgvraag, en voor elke situatie.
- ▶ In de zorg voor mensen met een beperking wordt steeds meer ervaren welk positief effect Shantala kan hebben op het verminderen van spanning en het vergroten van de kwaliteit van leven bij cliënten.
- ▶ 'Je bent goed, zoals je bent'
- ▶ De Shantala methode gaat over contact en respect.
- ▶ Aanraken, over de kleding heen of op de blote huid, kijken wat dat met iemand doet, je laten leiden door de reactie.
- ▶ Shantala is ontstressen op een bijzonder prettige manier, zonder extra aandacht voor de beperking.
- ▶ Oprechte aandacht, dát is de kern van het contact en het aanraken.

Bejegening

- ▶ Shantala kun je ook zelf!
- ▶ ORO (Deurne) is in Nederland een begrip als het gaat om Shantala Speciale Zorg.
- ▶ De methode Shantala gaat om aanraking, om bejegening, maar vooral over contact en respect.
- ▶ Het is niet eng en niet moeilijk. Bewegingstherapeut Marca van den Broek is docent Shantala Speciale Zorg.
- ▶ Marca de docent, mijn mentor, mijn inspiratie. Dankbaar dat ik van haar heb mogen leren. Dat ik nu zelf behandelaar en docent/trainer ben.
- ▶ Ze is ook een van de mensen binnen ORO die Shantala 'doet'.
- ▶ Over het doel van Shantala zegt ze: "Een positief contact en gunstige omgevingsfactoren zijn van groot belang voor, het welbevinden, het gevoel van cliënten, maar eigenlijk van iedereen.
- ▶ Shantala leert je hoe je die factoren positief kunt beïnvloeden.
- ▶ De kern? Laat mensen voelen dat ze goed zijn zoals ze zijn.
- ▶ Ben je ook bewust van de spanning in je eigen lichaam en je emoties, die ervoor kunnen zorgen dat je spanning overdraagt op de ander



Wat is het belangrijkste onderdeel van Shantala?

- Shantala is vooral contact maken door non-verbale communicatie.
- Dat klinkt wat wazig, maar dat is het niet.
- Op de volgende slides laat Marca aan de hand van een paar eenvoudige situaties zien hoe de principes van Shantala in het dagelijks leven gebruikt kunnen worden



Opstaan



ADL



Koffie drinken



Samen lopen



YOUNG LIVING[®]
ESSENTIAL OILS
Independent Distributor

- Informatie Bron:
- <https://shantalaspecialezorg.nl/professionals/2-uncategorised/45-shantala-speciale-zorg>
- Docent Marca van den Broek
- Marca dankbaar dat jij op mijn pad bent gekomen.
Nog steeds leer ik veel van jou.
Dank je wel dat ik gebruik mocht maken van deze foto's en je geweldige uitleg

