Dit document mag niet verspreid worden

Sensorische integratie: kijken voorbij het gedrag

Workshop symposium afgestemd opvoeden, 26.10.26

Spreker ☺



Inge Adriaenssens

Ergotherapeute

Sensorisch integratietherapeute

Inleiding: Kijk naar je buur – Wat zie je?

- Glimlacht
- Beweegt met …
- Zit rustig
- Kijkt naar …
- …

⇨ Wat zit er achter dit gedrag?

Inleiding: Hoe voel jij je nu?

- Moe - er komt weinig info binnen = blauw + oranje
- Ik wil bewegen om energie kwijt te raken = rood + oranje
- Ik wil bewegen om terug in actie te geraken = rood + geel
- Stop - het is te veel, ik wil rust = blauw + geel

- Ik voel me goed, kan aandacht geven = groen

⇨ Steek de gekleurde kaartjes omhoog die nu passen.

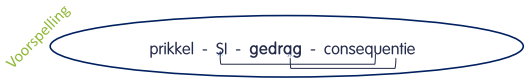
Wat valt op?

Niet iedereen heeft nu dezelfde noden.
Prikkels en energie worden verschillend ervaren
Wat goed voelt is voor iedereen verschillend.
Wat helpt voor de ene, helpt niet altijd voor de andere

⇨ Dat geldt ook voor kinderen, thuis, op school, … .
⇨ Alles wat de zintuigen prikkelt, kan het leven van een kind positief of negatief beïnvloeden.

Thema: zintuiglijke prikkelverwerking? (SI)

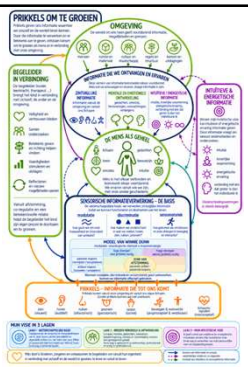
SI is een **proces**



Wat we zien van de prikkelverwerking is gedrag/het resultaat: gepast of niet zo gepast.

Huidige visie
Inge

Prikkels
om te groeien



Onze 8 zintuiglijke systemen










Onze 3 interne zintuiglijke systemen


Vestibulair
evenwicht, beweging, positie van het hoofd


Proprioceptief
spieren, gewrichten, kracht, houding, doseren

Interoceptief
signalen van binnenuit: honger, dorst, spanning, pijn, toiletgevoel



Even zelf ervaren…

Sta recht
Sluit je ogen.
Hoe voelt je lichaam?
Verplaats je gewicht van links naar rechts, herhaal
Duw daarna 10 seconden je handen stevig tegen elkaar

⇨ Wat verandert er?

Sensorische modulatie

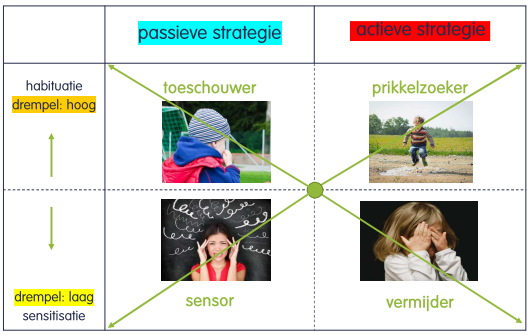
- Hoe sterk komen prikkels binnen?
- Hoeveel merk ik op?
- Hoe reageer ik daarop?
- Hoe reguleer ik mezelf?



Prikkelverwerking

Ieder van ons heeft een andere prikkeldrempel.

1) Gepaste drempel		'gepaste' reactie
2) Hoge drempel		weinig reactie
3) Lage drempel		sterke reactie



Kijken achter gedrag

Hetzelfde gedrag
kan iets anders betekenen.

Ander gedrag
kan uit ***hetzelfde probleem*** ontstaan.

Meer dan modulatie

Sensorische informatieverwerking gaat niet alleen over "te veel" of "te weinig".

Ook belangrijk:
- sensorische discriminatie
- sensomotorische verwerking

Sensorische discriminatie

= prikkels precies herkennen en onderscheiden

Bijvoorbeeld:
- waar word ik aangeraakt?
- hoeveel kracht moet ik gebruiken?
- waar is mijn lichaam in de ruimte?
- wat hoor of zie ik precies?
- wat vertelt de spanning in mijn buik me?



Jasmine, 8 jaar

Wat herken je?	Ze duwt vaak te hard, laat dingen vallen, botst tegen anderen aan en gebruikt veel kracht bij schrijven of knutselen. Ze lijkt niet goed te voelen hoeveel genoeg is.

Sensomotoriek

= zintuiglijke informatie gebruiken voor houding, beweging en planning
- evenwicht
- houding
- coördinatie
- motorische planning
- nieuwe handelingen uitvoeren

Luuk, 6 jaar

Wat herken je?	Hij begrijpt de opdracht, maar raakt in de war bij nieuwe bewegingen. In de turnles kijkt hij eerst een tijdje naar anderen. Bij het aankleden vergeet hij vaak iets en het duurt ook lang. Hij wil wel meedoen en meewerken.

Prikkels verwerken

Zintuiglijke prikkels verwerken gebeurt nooit blanco

Wat speelt mee?

- eerdere ervaringen
- verwachtingen en voorspellingen
- gevoel van veiligheid
- stress
- context



Wat helpt jou reguleren?

Kies 1 van 3:

- stevig duwen met handen tegen je stoel
- 10 tellen rustig stappen ter plaatse
- 1 hand op borst, 1 op buik en met je aandacht naar je ademhaling

⇨ Wat doet dit met je alertheid?

Afgestemd opvoeden vraagt kijken achter gedrag

- Wat komt er nu binnen?
- Is dit te veel, te weinig of te onduidelijk?
- Wat verwacht dit kind al?
- Wat heeft dit zenuwstelsel nu nodig?
- Hoe kan ik omgeving of aanpak aanpassen?

Wat kan helpen?

- prikkels doseren: toevoegen of beperken
- voorspelbaarheid verhogen bij overprikkeling
- verrassen, versterken, wisselend tempo bij onderprikkeling
- beweging functioneel inzetten
- taal geven aan lichaamssignalen
- vertragen en voordoen
- omgeving aanpassen: denk niet enkel aan modulatie, ook aan discriminatie en sensomotoriek
- eerst samen reguleren, dan iets vragen

Je hoeft het niet meteen te weten…

- Observeer. Wanneer gebeurt het? Wat ging eraan vooraf? Wat doet je kind precies?
- Verbind. Blijf nabij, benoem wat je ziet en help je kind tot rust te komen als dat nodig is.
- Probeer iets uit. Pas één ding aan en kijk of het gedrag verandert.
- Leer van wat je ziet. Wat vertelt de reactie van je kind je over wat het nodig heeft?

Een kind dat snel boos wordt bij lawaai of drukte



- Wat zou er kunnen spelen?
- Wat kan helpen?

⇨ Denk aan modulatie en voorspelbaarheid.

Als een kind voortdurend springt, botst of overal op klimt



- Wat zou er kunnen spelen?
- Wat kan helpen?

⇨ Denk aan tast, discriminatie en praxis.

Als een kind onhandig lijkt of vaak valt



- Wat zou er kunnen spelen?
- Wat kan helpen?

⇨ Denk aan discriminatie en sensomotoriek.



Take away…

- Gedrag is vaak een antwoord op hoe prikkels binnenkomen, verwerkt worden, betekenis krijgen en omgezet worden in actie.
- Prikkels komen uit iemand zijn buiten- of binnenwereld.
- Begrijpen kan vooraf gaan aan afgestemd ‘opvoeden’.

Prikkels om te groeien

Tot Slens!

Inge
www.prikkelsomtegroeien.be

ergotherapie