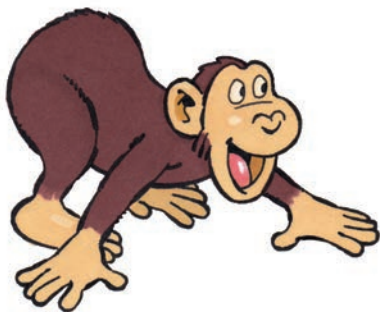


ONDER- OF OVERPRIKKELD?

Welk type herken jij?



De Aap: onderprikkeld en actief

(druk, spontaan, uitbundig/chaotisch, vraagt veel aandacht, gaat maar door)



De Beer: onderprikkeld en passief

(flexibel en sloom, stoort zich niet snel, mist informatie, is moeilijk te bereiken)



De Hond: neutraal

(voelt zich in de meeste situaties prima, meestal vrolijk, ontspannen, voelt zich snel thuis)



De Kat: overprikkeld en actief

(gestructureerd en besluitvaardig, met oog voor detail, snel gespannen, wil controle hebben)



De Haas: overprikkeld en passief

(gevoelig, opmerkzaam, vindt rust prettig, nerveus, kan opeens overstuur raken)

Onderprikkelde kinderen krijgen te weinig of te zwakke prikkels binnen. Daarom hebben ze extra zintuiglijke prikkels nodig. Vooral bewegings- en evenwichtsprikkels helpen. Hieronder vind je de drie soorten basisstrategieën voor het onderprikkelde kind:

- 1. Extra activerende prikkels van buitenaf**
(Meer of feller licht of geluid, sterkere of meer variërende geuren)
- 2. Activerende prikkels in het lichaam**
(Staan in plaats van zitten, evenwichtsoefeningen, stevige aanraking)
- 3. Structuur bieden**
(Tijdspad geven, regels duidelijk maken, uitleg/opdrachten herhalen)

Kinderen die neutraal reageren krijgen genoeg prikkels binnen en hebben bijna nooit last van prikkels. Voor hen hoeft de hoeveelheid zintuigprikkelers meestal niet veranderd te worden. Zij kunnen zich aan de omgeving aanpassen.

Overprikkelde kinderen krijgen te veel of te heftige prikkels binnen. Gebruik daarom strategieën die helpen met het vermijden van bepaalde prikkels of het kalmeren van je kind. Hieronder vind je de drie soorten basisstrategieën voor het overprikkelde kind:

- 1. Prikkels vermijden**
(Nare prikkels uitsluiten, rustpauzes of afzondering mogelijk maken)
- 2. Kalmerende prikkels van buitenaf geven**
(Minder of geen licht/geluid, diepe druk geven, stoom laten afblazen)
- 3. Structuur bieden**
(Controle/overzicht geven en voorbereiden op prikkels, tijdspad geven)



paperback | 108 pagina's
ISBN 9789492525611 | € 15,00

Ook verkrijgbaar bij uitgeverij Pica:



paperback | 228 pagina's
ISBN 9789492525567
€ 24,95

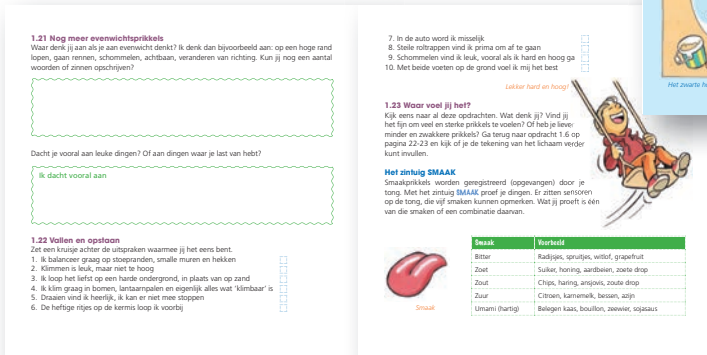
Voor op school

paperback | 212 pagina's
ISBN 9789492525109
€ 24,95

Voor thuis



Voor verjaardagen
en in de kring



55 kaartjes in een doosje
ISBN 9789491806933
€ 12,95

Handige
hulpkaarten met
strategieën



45 kaartjes in een doosje
ISBN 9789492525499
€ 12,95