



Thuis ontploft de bom!

Beschrijving

Marly Vosters, ergotherapeut, SI-expert; Femke van Ravensteijn-Brands, ergotherapeut, SI-expert

Ken jij ze ook? Kinderen die thuis de drempel over komen na een schooldag of een gezellig uitje, om vervolgens in te storten? Ze worden 'boos om niets', beginnen te huilen en te schreeuwen, zijn niet voor rede vatbaar en lastig tot bedaren te brengen.

Ouders horen van de leerkracht dat ze zo'n lief en rustig kind hebben, dat meedoet, goed luistert en precies weet wat er gevraagd wordt. Heerlijk om zo'n kind in de klas te hebben! Ouders herkennen hun kind vaak niet in dit verhaal, want zij zien thuis veel onrust en boosheid.

Oorzaak van dit gedrag is vaak overprikkeling: een vollopende emmer met zintuigprikkelers die thuis pas overstroomt. Op school is de druk opgebouwd en heeft het kind er stevig een deksel op gehouden. Thuis vliegt de deksel eraf en komt de overprikkeling er in alle hevigheid uit. Thuis voelen kinderen dat het kan, omdat het een veilige plek is voor hen.

Op school is de druk opgebouwd en heeft het kind er stevig een deksel op gehouden. Thuis vliegt de deksel eraf.

We hebben het hier over problemen in de zintuiglijke prikkelverwerking of sensorische informatieverwerking. Wanneer deze prikkelverwerking niet goed verloopt, kun je onderprikkeld of juist overprikkeld raken.^{[1],[2],[3]}

Als kinderergotherapeuten, gespecialiseerd in sensorische informatieverwerking, kijken wij mee met het kind en de ouders in hun eigen context. We geven handelingsadviezen om met de uitdagingen in de prikkelverwerking om te gaan. In dit artikel zullen wij ingaan op het proces dat ouders en kind doorlopen bij de ergotherapeut om de prikkelverwerking in kaart te brengen, zodat ze met strategieën verder kunnen in hun dagelijkse leven.

Puck

Pucks ouders vertellen: 'Puck is 7 jaar en zit in groep 4 van het reguliere basisonderwijs. Op school gaat het goed en kan ze goed meekomen in de klas. De leerkracht vindt het erg fijn om haar in de klas te hebben; Puck is betrokken, hoort en ziet alles, en let altijd op tijdens instructies. Thuis barst echter de bom, dan wil ze niets meer en is ze letterlijk klaar met de dag. Ze heeft nergens zin in en wil met rust gelaten worden, want anders kan ze heel boos worden.'

De leerkracht van Puck geeft aan dat zij didactisch goed mee kan. Ze is een hele lieve en betrokken meid. Ze zou alleen iets meer zelfvertrouwen mogen hebben.

Haar ouders zouden graag zien dat Puck meer plezier beleeft aan dagelijkse dingen. Dat zij niet continu de strijd aan hoeven te gaan om iets gedaan te krijgen. Puck wordt snel boos, doet veel met tegenzin, houdt afstand, schreeuwt, gilt en begint soms te schoppen. Haar ouders weten niet goed wat er aan de hand is, maar op die momenten houdt Puck alle contact af. Naderhand heeft ze spijt, huilt ze en wil ze knuffelen. Zij weet ook niet wat er misging.

Op school heeft er onderzoek plaatsgevonden naar Pucks capaciteiten in verband met mogelijke overvraging. Haar ouders hebben tevens de kinderarts en kinderpsycholoog geraadpleegd over een mogelijke medische oorzaak voor het gedrag. Zowel cognitief als lichamelijk onderzoek lieten geen bijzonderheden zien.

De ouders hebben het idee dat Puck veel last heeft van alle prikkels om zich heen. De kinderpsycholoog van het ziekenhuis heeft hen geadviseerd op zoek te gaan naar een ergotherapeut gespecialiseerd in de sensorische informatieverwerking. Zij hopen dat ergotherapie Puck kan helpen, zodat ze thuis meer plezier heeft en niet zo opziet tegen alles wat er gebeuren moet. Het zou betekenen dat er meer ruimte komt voor gezelligheid.



Image by Sally Bradshaw from Freemages

De ergotherapeut

Puck wordt door haar ouders aangemeld bij de ergotherapeut. De ouders worden uitgenodigd voor een intakegesprek, waarin de therapeut hen vraagt een doordeweekse dag en een weekenddag uit het dagelijks leven van Puck te beschrijven. Tijdens het gesprek wordt de hulpvraag door ouders geformuleerd: 'Wij willen dat Puck minder last van prikkels heeft en daardoor meer plezier heeft en minder boos is, zodat de sfeer thuis verbetert.'

Na dit gesprek krijgen de ouders de Sensory Profile-NL-vragenlijst^{[4],[5]} mee, een gestandaardiseerd instrument om een beeld te krijgen van de prikkelverwerking van een kind. De leerkracht vult de Sensory Profile School Companion^{[6],[7]} in, om Pucks prikkelverwerking in de klas in kaart te brengen.

Na het analyseren van de vragenlijsten worden, in combinatie met de informatie uit het oudergesprek, hypothesen opgesteld. Vervolgens vindt er een kennismaking met Puck plaats. Met de Canadian Occupational Performance Measure (COPM)^[8] wordt gekeken naar problemen in het dagelijks leven zoals deze door Puck worden ervaren. Dit instrument wordt gedurende het hele traject gebruikt, omdat de ergotherapeut hiermee kan inventariseren, diagnosticeren én evalueren. Op die manier wordt de

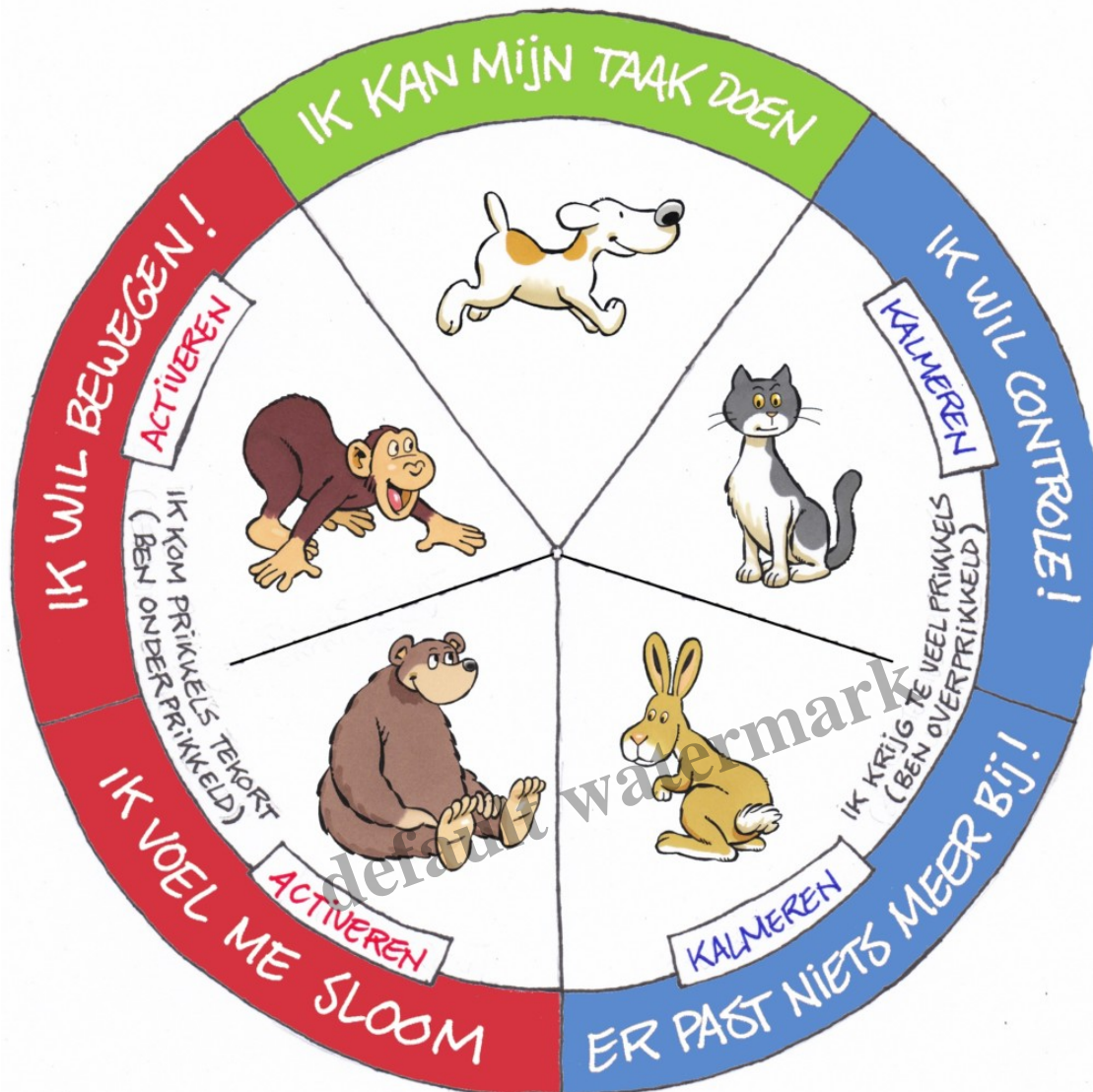
kwaliteit van het therapietraject bewaakt.

Hierna toetsen we de eerder opgestelde hypothesen door middel van verschillende onderzoeken en observaties. Puck krijgt opdrachten zoals het doen van een parcours en het spelen met bepaalde materialen. Hierdoor krijgen we een beeld van haar reacties op prikkels vanuit verschillende zintuigsystemen. We gaan ook thuis observeren of laten ouders filmen op momenten dat 'de bom barst'. Puck laat probleemgedrag zien in de thuissituatie, dus is het van belang om ook dáár het gedrag te analyseren.^[9]

Er wordt een sensorisch profiel van Puck opgesteld; daarin leggen we uit wat we geconstateerd hebben op het gebied van prikkelverwerking. Die uitleg wordt direct gekoppeld aan praktische situaties thuis, met bijpassende adviezen. De ouders krijgen informatie, inzichten en handelingsadviezen aangeboden tijdens een workshop over zintuiglijke prikkelverwerking. Tijdens deze workshop wordt het theoretisch kader geschetst en leren ouders om vanuit prikkelverwerking naar het gedrag van hun kind te kijken en gericht strategieën in te zetten bij onder- of overprikkeling.

We starten de therapie sessies met Puck en haar ouders, waarbij we het gebruik van de Prikkelmeter ^[10] uitleggen. Met dit praathulpmiddel leert Puck aangeven of ze te weinig of juist te veel zintuigprikkelers ervaart. Hierbij gebruiken we de praktijk als onderzoeksruimte waarin Puck zelf mag gaan ontdekken wat ze nodig heeft als de hoeveelheid prikkels verandert. Door haar dit zelf te laten ontdekken, gaat ze ervaren wat ze nodig heeft om een activiteit goed te kunnen uitvoeren en ontdekt ze meerdere strategieën om zich goed te blijven voelen tijdens verschillende activiteiten.

Samen met Puck en haar ouders maken we een plan met adviezen en strategieën die ingezet kunnen worden op momenten dat zij te veel prikkels ervaart. Ouders kunnen Puck daar goed bij ondersteunen, omdat zij de workshop gevolgd hebben.



Prikkelmeter. Bron: Uitgeverij Pica, Huizen. Te downloaden op:
<https://7zintuigen.nl/prikkelmeter/>

We geven ook een terugkoppeling aan school, waarbij we adviezen geven aan de leerkracht en de kansen en kwetsbaarheden van Pucks profiel uitleggen. Op deze manier krijgt de leerkracht meer inzicht in Pucks prikkelverwerking. Zij leert welke strategieën ze kan inzetten om Pucks alertheid te helpen dempen, zodat ze meer ontspannen en met vertrouwen kan werken. De leerkracht wordt geïnformeerd over de invloed van prikkelverwerking op het leren van kinderen in de klas en op Puck in het bijzonder! Ook wordt zij gewezen op de mogelijkheid een workshop over prikkelverwerking te volgen.

Barst de bom nog steeds?

Wat heeft dit proces Puck en haar ouders nu opgeleverd? Is de hulpvraag beantwoord en heeft Puck meer plezier in haar dag?

Voor Puck werd het volgende sensorisch profiel opgesteld: Puck raakt op het gebied van horen (auditief), zien (visueel) en voelen (tactiel) snel overprikkeld, omdat deze prikkels te sterk binnen komen. Dit maakt dat haar hoofd snel volloopt en er geen informatie meer bij kan. Daarnaast is zij ook overprikkeld op het gebied van evenwicht (vestibulair) op het moment dat ze zelf geen invloed heeft op haar balans. Haar houding en beweging (proprioceptie) zijn in de basis in orde, maar door een verhoogde alertheid als gevolg van overprikkeling (stress) zie je veelal een verhoogde spierspanning en voelt zij haar eigen lichaam niet goed meer aan.

Puck heeft zowel thuis als in de klas zelf leren toepassen wat ze nodig heeft om haar alertheid te kunnen reguleren.

Puck heeft gedurende de hele dag een verhoogde alertheid en kan zich op school maar net staande houden, waardoor zij thuis instort. Doordat zij en haar ouders dit nu kunnen herkennen en inzien wat dit met haar doet, kunnen zij strategieën inzetten om te ontladen en te ontspannen. Puck heeft zowel thuis als in de klas zelf leren toepassen wat ze nodig heeft om haar alertheid te kunnen reguleren. Zij krijgt op school van de leerkracht alle ruimte om de strategieën in te zetten en op momenten dat de leerkracht de overprikkeling opmerkt, geeft ze Puck hulp om te ontladen. We zijn erachter gekomen dat bewegen haar goed helpt; daarom mag ze bij thuiskomst eerst even alleen op de trampoline springen en mag ze op school regelmatig een boodschap voor de leerkracht doen.

Puck zit lekker in haar vel nu ze beter kan omgaan met alle zintuigprikkels. En het belangrijkste is dat ze weer plezier heeft in haar dag!

Marly Vosters – ergotherapeut en expert op het gebied van sensorische informatieverwerking – heeft een eigen ergotherapiepraktijk, Marly Vosters Ergotherapie, waar zij kinderen met diverse problemen en hulpvragen begeleidt, coacht, adviseert en behandelt (www.marlyvostersergotherapie.nl).

Femke van Ravensteijn-Brands – ergotherapeut en expert op het gebied van sensorische informatieverwerking – heeft eveneens een eigen ergotherapiepraktijk, De Oplossing, waar zij kinderen met diverse problemen en hulpvragen begeleidt, coacht, adviseert en behandelt (www.ergotherapiedeoplossing.nl). Daarnaast geeft Femke workshops en lezingen over prikkelverwerking vanuit 7 Zintuigen.

1. Dunn, W. (2013). *Leven met sensaties. Begrijp je zintuigen*. Pearson.
 2. Miller, L.J. (2006). *Sensational Kids: Hope and Help for Children with Sensory Processing Disorder (SPD)*. Pedigree.
 3. Thoonsen, M. & Lamp, C. (2015). *Wiebelen en friemelen in de klas. Over de invloed van zintuiglijke prikkelverwerking op leren*. Huizen: Uitgeverij Pica.
 4. Dunn, W. (1997). The impact of sensory processing abilities on the daily lives of young children and their families: a conceptual model. *Infants and Young Children*, 9(4), 23-35.
 5. Dunn, W. (2013). *Handleiding SP-NL. Sensory Profile, herziene Nederlandse editie*. Pearson. Nederlandse bewerking: André Rietman.
 6. Dunn, W. (2006). *Sensory Profile School Companion*. Pearson.
 7. Dunn, W. (2011). *Best Practice Occupational Therapy for Children and Families in Community Settings*.
-

8. Carswell, A., McColl, M.A., Baptiste, S., Law, M., Polatajko, H. & Pollock, N. (2004). The Canadian Occupational Performance Measure: a research and clinical literature review. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 71(4), 210-222.
9. Idem.
10. Thoonsen, M. & Lamp, C. (z.j.). Handleiding van de Prikkelmeter. Geraadpleegd op 4 december 2019 via <https://7zintuigen.nl/prikkelmeter/>.

Categorie

1. Artikel
2. Prikkeltijdschrift

Tags

1. overprikkeld
2. prikkelmeter
3. prikkels
4. sensorische informatieverwerking
5. thuis
6. zintuiglijke prikkelverweking

Datum aangemaakt

19/09/2020

Auteur

femke-en-marly

default watermark