

Oudervavond Prikkelverwerking

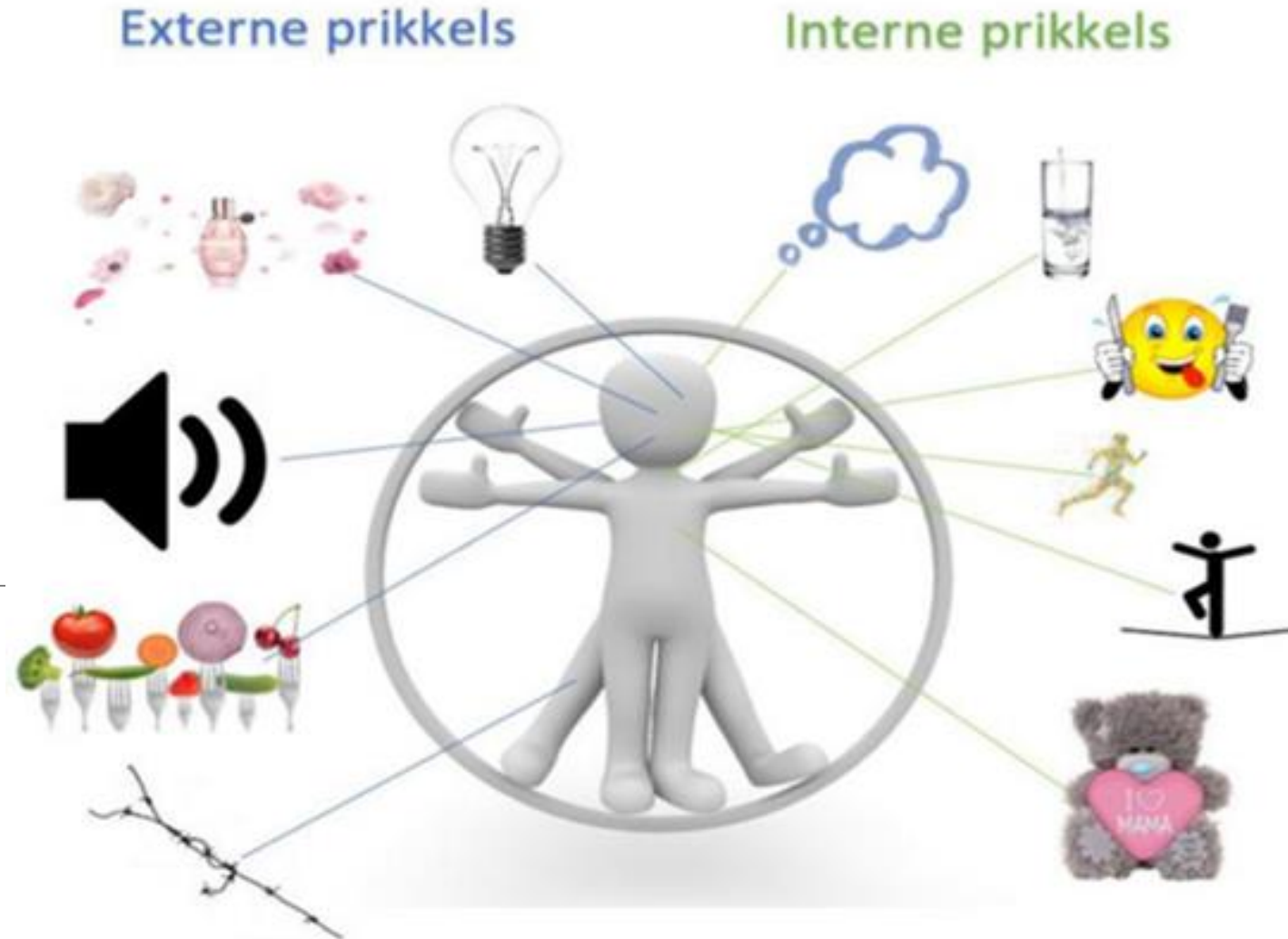


Prikkels.....Prikkels.....



Camilo Rueda López's Blow Your Mind

Prikkelverwerking



Dabrowski: overexcitabilities



Intensiteit in
voelen, Meerdere
gevoelens door
elkaar, Extreem in
emoties,
Empathie,
Verlegenheid,
Angsten, Zeer
rechtvaardig



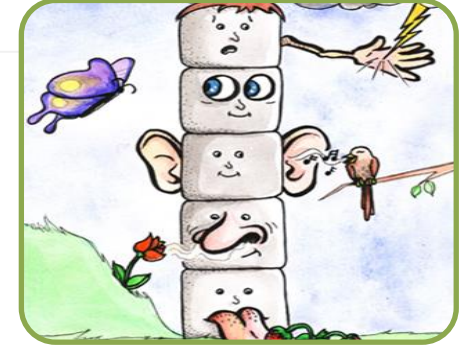
Creatief, Inventief,
Superieur visueel
geheugen,
Levendige
dromen,
Dagdromen,
Houdt van muziek
/ drama, Groot
gevoel voor
humor



Nieuwsgierig,
Geconcentreerd,
Theoretische
analytische
denker, Houdt van
leren, Bevraagd
alles, Houdt zich
 bezig met morele
kwesties



Snel praten,
Bewoeglijk, Goed
in sport, Actief,
Impulsief, Weinig
slaap nodig,
Competitief



Verhoogde
zintuiglijke
gevoeligheid:
Geur, smaak,
geluid, tast, zien,
Houdt van mooi,
Muziek, natuur,
lekker eten,
Afkeer van
bepaalde kleding
Plezier!

Prikkelverwerking

Hoe worden prikkels verwerkt?



Prikkel komt
binnen (input)
= sensorisch



Organisatie
=neurologisch



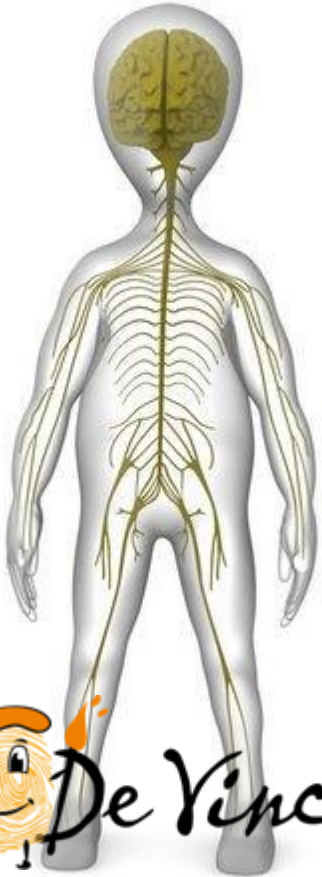
Output =
motorisch



Prikkelverwerking

Hoe worden prikkels verwerkt?

Als je heel gevoelig bent voor prikkels is de groene balk veel smaller, dan zit je sneller tegen de rode grens aan, een prikkel extra en een kind kan vecht of vlucht reactie niet meer onderdrukken.



Fight

Flight

Freeze

Fawn

prikkel met hoogwaarschuwend vermogen



vechten, vluchten verstarren

prikkel valt binnen bandbreedte van kind



onderzoeken

prikkel met laagwaarschuwend vermogen



prikkel komt niet binnen



Prikkelverwerking

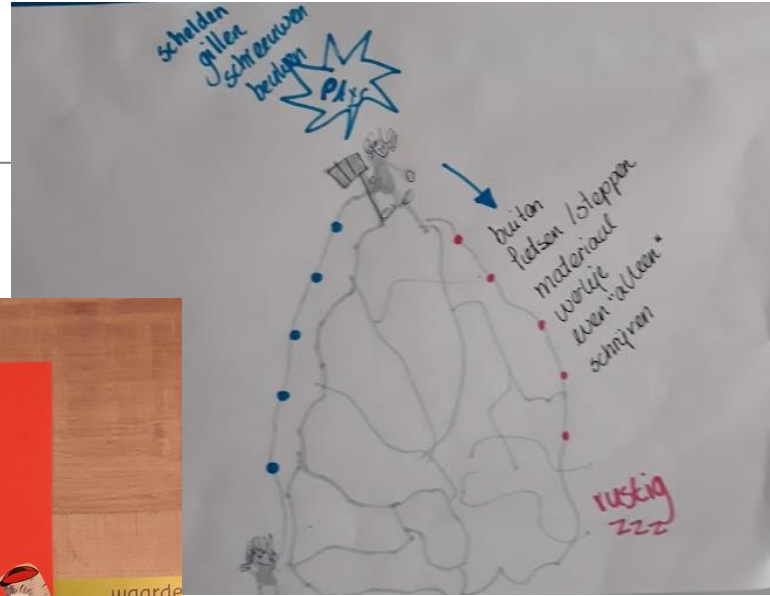
Het is zaak dat kinderen de optimale alertheid en de onder- en overprikkeling leren herkennen.



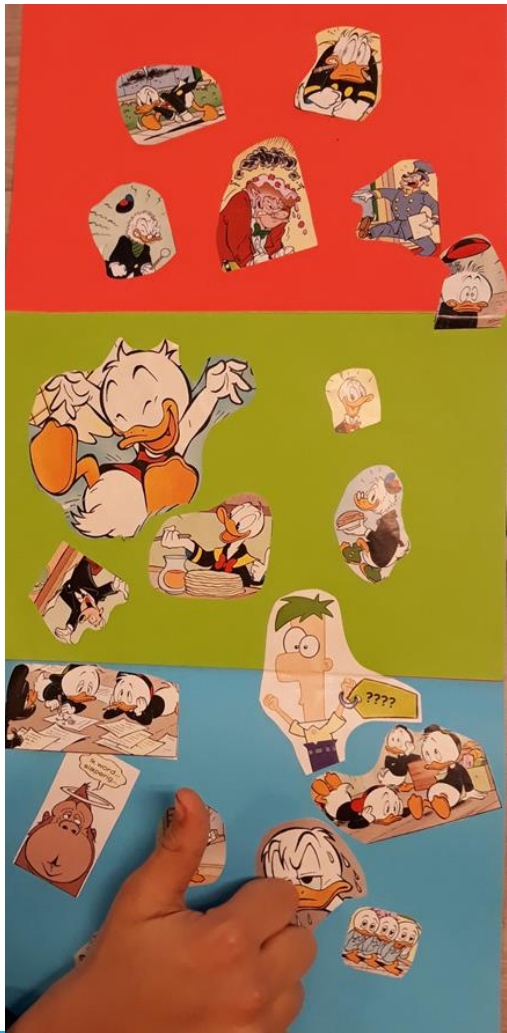
Prikkelverwerking

Sensorisch dieet: Combinatie van activiteiten die kinderen:

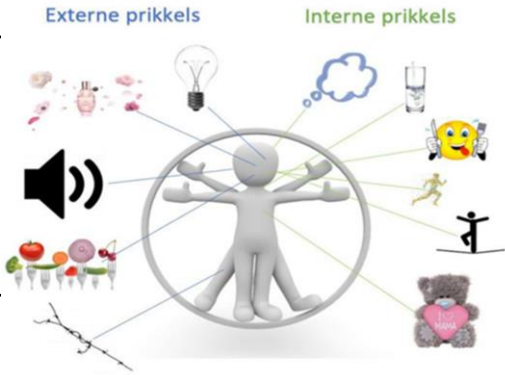
- alert maken (van blauw naar groen)
- Georganiseerd houden (in groen blijven)
- Kalmeren (van rood naar groen)



Prikkelverwerking Opdracht:



Herkenning	Activiteiten om te reguleren (denk aan interne en externe prikkels):
Overprikkeling:	
Optimale alertheid:	
Onderprikkeling:	



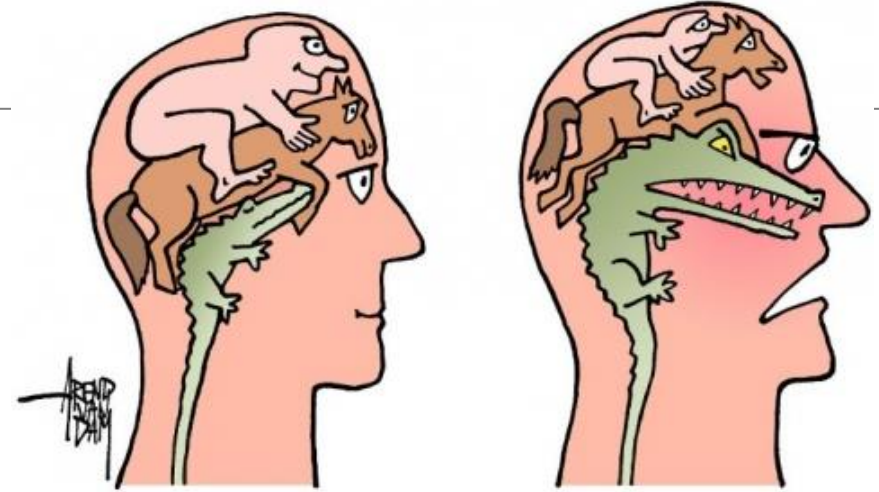
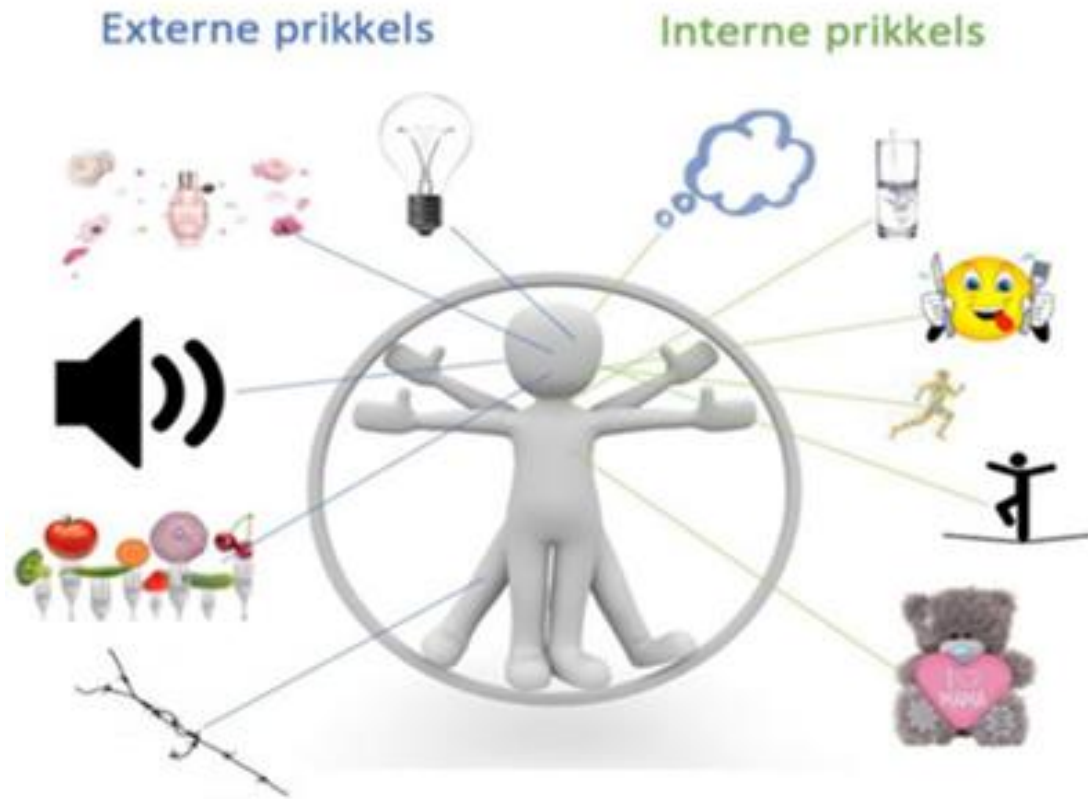
Prikkelverwerking

Algemene aanpak:

Psycho educatie	Hersenwerking Over-onderprikkeling Golf of Berg
Lichaamsbewustzijn & Ademhaling	Bodyscan
Beweging	Dobbelsteen Body Percussion
Verbeeldingskracht	Energiegevers / Energievreters
Creatie	Maak je eigen recept

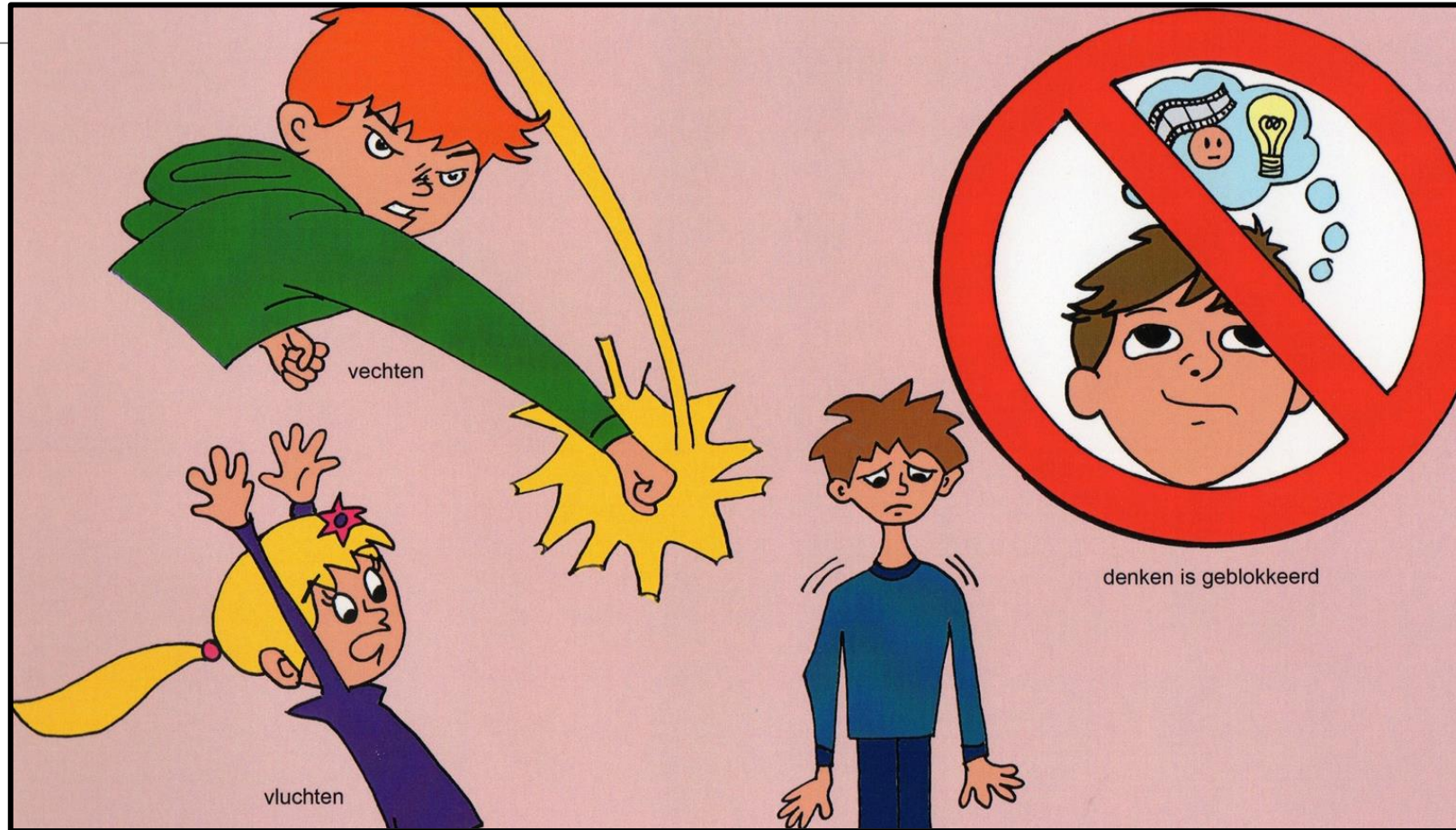
Prikkelverwerking Best Practices

Psycho educatie Prikkels:

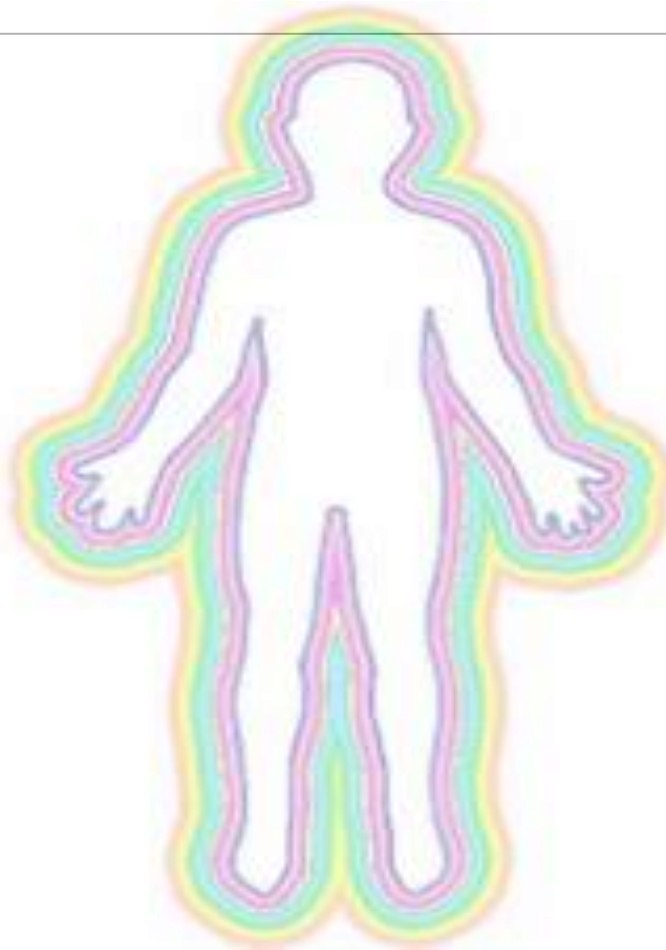


Prikkelverwerking Best Practices

Psycho educatie Prikkels:

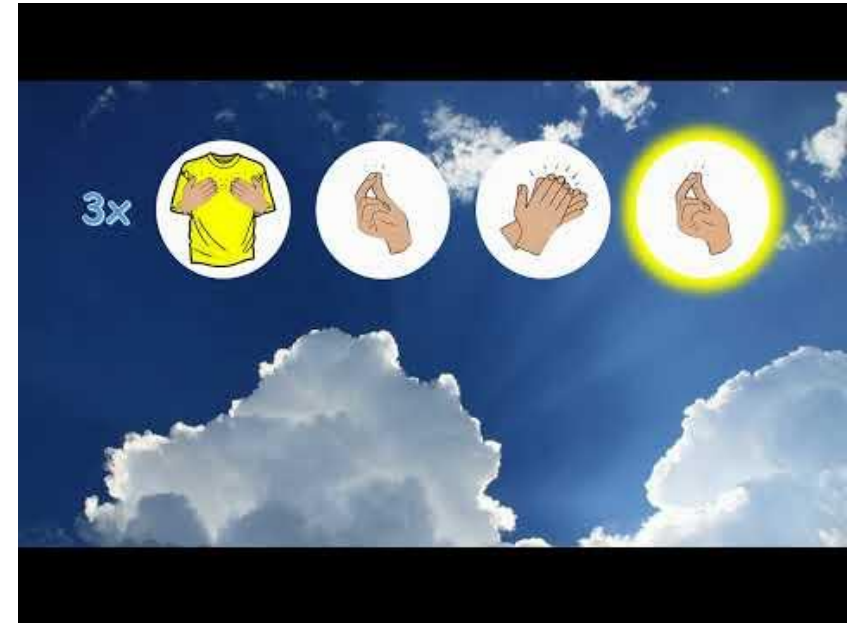


Prikkelverwerking: Lichaamsbewustzijn & Ademhaling:



Prikkelverwerking

Beweging:



Prikkelverwerking Visualisatie:



Baas
over je
Netflix-hoofd

Met muziek

Dieper in de prikkelverwerking:

Ieder kind zijn eigen recept!



Dieper in de prikkelverwerking: Winnie Dunn: Leven met Sensaties



Prikkeldrempels verschillen per kind

Hoge drempel (weinig input → niet alert)

Lage drempel (veel input → snel overprikkeld)

Zelfregulatie

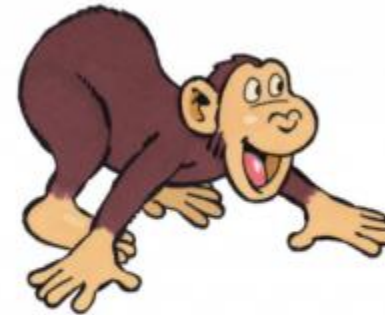


Zelfregulatie: Passief Actief

Hoge drempel

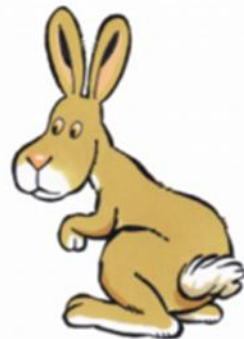


De Beer: onderprikkeld en passief
(flexibel en sloom, stoort zich niet snel, mist informatie, is moeilijk te bereiken)



De Aap: onderprikkeld en actief
(druk, spontaan, uitbundig/chaotisch, vraagt veel aandacht, gaat maar door)

Lage drempel



De Haas: overprikkeld en passief
(gevoelig, opmerkzaam, vindt rust prettig, nerveus, kan opeens overstuur raken)



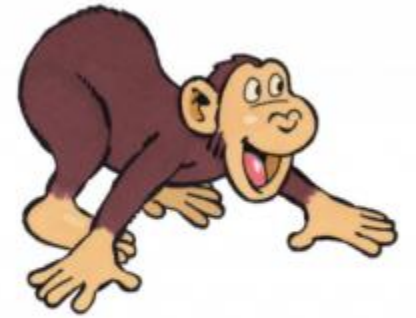
De Kat: overprikkeld en actief
(gestructureerd en besluitvaardig, met oog voor detail, snel gespannen, wil controle hebben)

Dieper in de prikkelverwerking: Hoge prikkeldrempel

Hoge prikkeldrempel:
Hersenen hebben meer sensorische input nodig
(meer tijd nodig om de input te verzamelen) om
waar te nemen wat er gaande is. Ze kunnen
dingen missen die anderen opmerken.
Hoge drempel: (weinig input → niet alert)



*De Beer: onderprikkeld en passief
(flexibel en sloom, stoort zich niet
snel, mist informatie, is moeilijk
te bereiken)*



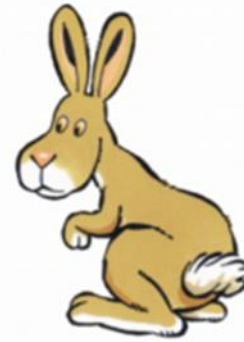
*De Aap: onderprikkeld en actief
(druk, spontaan, uitbundig/chaotisch,
vraagt veel aandacht, gaat
maar door)*

Dieper in de prikkelverwerking: Lage prikkel drempel

Lage prikkel drempel:

Hersenen nemen sensorische input heel snel waar. Deze mensen zijn oplettender en waakzamer dan anderen.

Lage drempel: (veel input → snel overprikkeld)



pica

De Haas: overprikkeld en passief
(gevoelig, opmerkzaam, vindt rust prettig, nerveus, kan opeens overstuurt raken)



De Kat: overprikkeld en actief
(gestructureerd en besluitvaardig, met oog voor detail, snel gespannen, wil controle hebben)



Zelfregulatie: Passief

Actief

Passieve regulatie:

Mensen laten de sensorische input over zich heen komen en reageren later op de input.

Actieve regulatie:

Mensen doen dingen om de hoeveelheid en het soort sensorische input waarmee ze problemen hebben, zelf te regelen.



GEDRAG/ ZELF-REGULATIE

Neurologische drempel

Passieve strategie



Actieve strategie

Hoge prikkeldrempel



Lage prikkeldrempel

Gebrekkige registratie

- De mate waarin een kind sensorische input *mist*. -



De Beer: onderprikkeld en passief
(flexibel en sloom, stoort zich niet snel, mist informatie, is moeilijk te bereiken)



De Aap: onderprikkeld en actief
(druk, spontaan, uitbundig/chaotisch, vraagt veel aandacht, gaat maar door)

Prikkelzoekend

- De mate waarin een kind sensorische input *opzoekt*. -



De Haas: overprikkeld en passief
(gevoelig, opmerkzaam, vindt rust prettig, nerveus, kan opeens overstuur raken)



De Kat: overprikkeld en actief
(gestructureerd en besluitvaardig, met oog voor detail, snel gespannen, wil controle hebben)

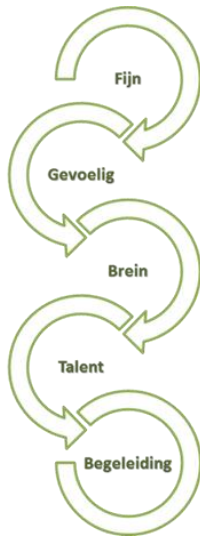
- De mate waarin een kind sensorische input *opmerkt*. -

Gevoeligheid voor prikkels

- De mate waarin een kind *last* heeft van sensorische input. -

Prikkelvermijdend

Ouderaavond Prikkelverwerking



Hartelijk dank voor uw aanwezigheid. Mocht u nog vragen hebben naar aanleiding van deze presentatie, mail me gerust!

Monique Leijten
Fijngevoeligbrein
Talentbegeleiding
W: www.fijngevoeligbrein.nl
M: info@fijngevoeligbrein.nl