



EXPERT IN ZINTUIGLIJKE PRIKKELVERWERKING

7 Zintuigen

+31 6 45 320 520
monique@7zintuigen.nl
www.7zintuigen.nl

KvK 69900825

Gedrag van de vier types

(met aanvulling voor mensen met een VB)

Hieronder een lijst van gedragingen die je kunt zien bij onder- en overprikkelde mensen. De gedragingen die in *cursief* staan kun je zien bij mensen met een verstandelijke beperking. **Deze zijn niet ingedeeld in actief en passief.** De lijst is niet uitputtend, het geeft een overzicht van welk gedrag samen kan hangen met onder- of overprikkeld zijn.

Onderprikkeld en actief

Heeft extra prikkels nodig en gaat daarnaar op zoek.

- Praat en/of gebaart extra veel;
- gebaren worden groter en met krachtigere bewegingen uitgevoerd;
- kan moeilijk bij één prikkel blijven, raakt daardoor afgeleid wanneer je met hem communiceert;
- beweegt veel en intens;
- kauwt op van alles en nog wat;
- is hyper en erg enthousiast;
- loopt op zijn tenen;
- rent liever dan dat hij loopt;
- is impulsief;
- kent weinig of geen angst;
- wil alles en iedereen aanraken;
- maakt ruw contact;
- stopt voorwerpen, vingers of kleding in zijn mond om te zuigen, bijten of eten;
- propt veel eten in zijn mond;
- is heel enthousiast op zoek naar opwinding en naar méér;
- is met veel plezier actief, altijd in de weer;
- is vaak met iets anders bezig (moet veel bijgestuurd worden);
- verveelt zich snel.

Onderprikkeld en passief

Heeft extra prikkels nodig en gaat daar **niet** naar op zoek.

- Is passief, lijkt ongeïnteresseerd;
- is typisch het kind waar je weinig last van hebt;
- is moeilijk in actie te krijgen;
- reageert niet op de omgeving, het is moeilijk om contact met hem te krijgen;
- heeft een verlaagd niveau van activiteit, vergeleken met zijn groepsgenoten;
- vindt het lastig om spullen goed op te ruimen;
- is zich niet bewust van blauwe plekken of schrammen;
- is onhandig:
 - stoot zich aan meubels
 - gooit per ongeluk dingen op de grond
 - struikelt, valt
 - kan moeilijk meekomen met gym, vergeleken met zijn groepsgenoten
- heeft een ingezakte houding;
- legt het hoofd op tafel of op de armen;
- kan slecht omgaan met voorwerpen die om een fijne motoriek vragen, zoals ritsen, scharen en pennen;
- schrijft met verschillende lettergroottes;

- geeft te weinig of te veel druk op zijn potlood en pen;
- reageert niet wanneer hij aangeraakt wordt;
- heeft problemen met aanwijzingen die uit meerdere stappen bestaan;
- herkent niet de behoeftes van anderen;
- respecteert niet de persoonlijke ruimte van anderen;
- dagdroomt;
- eet en drinkt slordig;
- is zeer flexibel, raakt niet snel van streek;
- schrikt niet van een hard geluid;
- mist informatie, moet veel bijgestuurd worden;
- raakt voortdurende afgeleid waardoor hij acties niet afmaakt (zoals aankleden of eten);
- heeft moeite met de fijne motoriek nodig voor het maken van gebaren;
- gebaren worden slordig en onduidelijk uitgevoerd;
- heeft vooral moeite met de gebaren waar geen contact gemaakt wordt met de andere arm/hand of het lichaam;
- vergeet steeds dat het extra prikkels nodig heeft;
- is onvoldoende alert op kleine, lichte foto's, picto's en verwijzers (kunnen zwaarder, groter, feller, met meer contrast).

Verstandelijk beperkt onderprikkeld actief én passief

Heeft extra prikkels nodig.

- *Vertoont zelfbeschadigend gedrag (hoofdbonken, zichzelf slaan, een zichzelf pulken en krabben, en dergelijke);*
- *wiegt heftig heen en weer;*
- *laat zichzelf expres vallen;*
- *propt vingers in (te nauwe) openingen;*
- *zoekt veel lichamelijk contact;*
- *schommelt lang en hard;*
- *wil veel eten (wil veel kauwen);*
- *raakt afgeleid door het glinsteren van gelamineerde foto's of picto's en het voelen aan verwijzers en is daarom minder met de inhoud/betekenis bezig.*

Overprikkeld en actief

Heeft last van prikkels en vermijdt deze.

- Wil bepalen wat er gebeurt;
- is heel goed in regelen en structureren;
- gebruikt rituelen;
- trekt zich graag terug, bijvoorbeeld op de speelplaats;
- droomt weg;
- kan er slecht tegen wanneer hij op een zachte manier, of onverwacht, aangeraakt wordt. Dus wanneer iemand hem over zijn hoofd aait of over zijn rug, kan hij geïrriteerd of boos reageren;
- is heel gevoelig voor fel licht, dus wil zelfs binnen een pet of een zonnebril dragen, of knijpt veel de ogen dicht;
- is een kieskeurige eter;
- gaat achter in de rij staan;
- speelt liever niet op een vol speelplein of in een volle gymzaal;
- wil niet klimmen;
- trekt een capuchon over zijn hoofd om zich terug te trekken;
- draagt zachte, losse kleding;
- weigert tijdens de gymlessen activiteiten te doen waarbij de voeten van de vloer gaan;
- wil niet werken met lijm, vingerverf, water, zand en andere plakkerige materialen;
- is heel bezig;
- maakt geluiden, bijvoorbeeld:
 - 'hhmmm'
 - klakken met de tong
 - liedje zingen
 - neurien
- vermijdt nieuwe situaties, veranderingen en uitdagingen;
- doet liever niet mee aan groepsactiviteiten;
- heeft moeite met overgangen;
- is beweeglijk (om spanning kwijt te raken).

Overprikkeld en passief

Heeft last van prikkels en vermijdt deze **niet**.

- ruikt geuren die anderen niet opmerken en moppert erover;
- merkt, meer dan anderen, details op;
- is zich heel bewust van zijn omgeving;
- is hyper en gestrest;
- zal meer dan gemiddeld mopperen en boos zijn;
- is snel geïrriteerd of zelfs boos over iets wat voor een ander onbelangrijk lijkt, bijvoorbeeld dat er per ongeluk iemand tegen hem aan botst;
- heeft onvoorspelbare explosies van emotie;
- heeft moeite met fijne motorische activiteiten omdat aanraken van materialen een probleem is;
- reageert heftig negatief op harde en onverwachte geluiden;
- is snel afgeleid;
- heeft een kort concentratievermogen;
- heeft extreme behoefte aan persoonlijke ruimte;
- houdt alles in de gaten;
- droomt weg;
- kan er slecht tegen wanneer hij op een zachte manier, of onverwacht, aangeraakt wordt. Dus wanneer iemand hem over zijn hoofd aait of over zijn rug, kan hij geïrriteerd of boos reageren;
- is tijdens de gymles bang bij activiteiten waarbij de voeten van de vloer gaan
- is een moeilijke eter, klaagt of moppert (maar maakt niet zelf een keuze);
- is heel gevoelig voor fel licht;
- vergeet de dingen die hij eigenlijk niet fijn vindt, wil of lust. Anticipeert niet;
- lijkt een makkelijk kind ('maakt niet uit'), maar blijkt toch sterke voorkeuren te hebben:
 - als het eten al op tafel staat
 - als hij – in overleg – al bij een bepaalde activiteit ingedeeld is
 - als de vingerverf al aan zijn vingers zit,
 - als de kleding al aangetrokken is.

Verstandelijk beperkt overprikkeld actief én passief

Heeft last van prikkels.

- *heeft hevige uitbarstingen van emoties, die gepaard kunnen gaan met agressie naar voorwerpen en personen.*
- *vertoont zelfbeschadigend gedrag (hoofdbonken, zichzelf slaan, een zichzelf pulken en krabben, en dergelijke) (om storende prikkels te overstemmen);*
- *beweegt heftig (heen en weer);*
- *maakt harde geluiden (om storende geluiden te overstemmen);*
- *verdraagt lichamelijk contact, tijdens bijvoorbeeld verzorgingsmomenten, slecht;*
- *verzet zich tegen tandenpoetsen en luierverschonen;*
- *doet schoenen (en sokken) uit;*
- *kleedt zich op niet passende momenten uit (kleding voelt niet lekker);*
- *klapt hard in handen;*
- *zoekt houvast.*

Het overzicht verdeeld in vier types, is gebaseerd op een indeling die Winnie Dunn maakte voor mensen met een verstoorde prikkelverwerking. Zij omschreef als eerste de vier verschillende types die je in ons overzicht terug vindt.

Groetjes,

Monique Thoonsen
 monique@7zintuigen.nl
 7Zintuigen.nl

April 2021