

Strategieën per type

De onderprikkelde cliënt

Kenmerk: De onderprikkelde cliënt krijgt te weinig of te zwakke prikkels binnen.

Strekking van de tips: De onderprikkelde cliënt heeft extra zintuiglijke prikkels nodig. Vooral tast-, bewegings- en evenwichtsprikkels helpen hem. Meer, sterkere, afwisselende en langdurige prikkels zijn over het algemeen fijn voor de onderprikkelde cliënt.



De drie soorten strategieën voor de onderprikkelde cliënt

1. Meer activerende prikkels van buitenaf, zoals:
 - meer of intensiever(e) licht, geluid, geuren en smaken;
 - meer onder de mensen zijn/in grotere groepen zijn met zowel bekende als onbekende mensen;
 - herhalen van uitleg of opdrachten;
 - een verrassingselement toevoegen.
2. Meer activerende prikkels in het lichaam, zoals:
 - staan in plaats van zitten;
 - dansen, springen, rennen;
 - evenwichtsoefeningen doen;
 - stevige aanraking en stoeien.
3. Minder kalmerende prikkels:
 - tempo geleidelijk opvoeren;
 - de cliënt tijd geven om 'op stoom' te komen; geactiveerd te raken;
 - zelf in actie laten komen, niet overnemen;
 - uit vaste patronen en gewoontes stappen.

De overprikkelde cliënt

Kenmerk: De overprikkelde cliënt krijgt te veel of te sterke prikkels binnen.


Strekking van de tips: Strategieën helpen door het vermijden van bepaalde prikkels of het kalmeren van de cliënt. Routine en voorspelbaarheid zijn van belang voor de overprikkelde cliënt.



De drie soorten strategieën voor de overprikkelde cliënt

1. Toevoegen van kalmerende prikkels van buitenaf, zoals:
 - minder, of minder sterk(e) licht/geluid/geuren/smaken;
 - diepe druk geven of een knuffel;
 - samen rustig bewegen om even stoom te laten afblazen, bijvoorbeeld gaan wandelen;
 - toevoegen van een concurrerende prikkel die de cliënt zo interessant vindt, dat de aandacht afgeleid wordt van de vervelende en activerende prikkel.
2. Toevoegen van kalmerende prikkels in het lichaam, zoals:
 - warmte toevoegen, bijvoorbeeld door thee te laten drinken;
 - (samen) in slow-motion bewegen;
 - zware deken gebruiken, of een grote, warme sjaal omdoen;
 - repetitieve bewegingen, zoals wiegen.
3. Minder kalmerende prikkels::
 - niet te veel prikkels tegelijk;
 - afzondering mogelijk maken, rustpauzes nemen;
 - focussen door ordenen of sorteren;
 - overzicht in tijd, taken, plaatsen en mensen geven als voorbereiding.

Overzicht strategieën van: _____

	Onderprikeld	Overprikeld
Je wilt meer 	 Activerende prikkels van buiten en in het lichaam	 Kalmerende prikkels van buiten en in het lichaam
Je wilt minder 	Kalmerende prikkels	Activerende prikkels