

Prikkels in de groep!

Kijk op gedrag met een sensorische oorzaak



Ingrid van der Heijden, Robert de Hoog, Sandra Stultiens-Houben,

Inleiding

Als leerkracht of groepsbegeleider herken je ze vast wel: kinderen die met twee handen hun oren dicht houden, die constant zitten te wiebelen of liefst staand aan het werk zijn, kinderen die overal extra geluid mee maken of die materialen eerst in hun mond steken.

De kans bestaat dat dit gedrag wordt veroorzaakt door bijzonderheden op het gebied van de sensorische informatieverwerking, ofwel prikkelverwerking.

Sensorische informatieverwerking

De hele dag door ontvangt ieder mens informatie vanuit zijn of haar zintuigen. De vijf meest bekende zintuigen zijn zien, horen, proeven, ruiken en tast. Minder bekend, maar niet minder belangrijk, zijn de evenwichtszin en het houdingsgevoel. Sensorische informatie helpt ons het eigen lichaam en de wereld om ons heen te begrijpen. Deze zintuiglijke informatie wordt in de hersenen verwerkt en stuurt vervolgens het handelen aan. Dit proces heet sensorische informatieverwerking.

Voor de hersenen is het soms een hele klus om alle sensorische informatie gerangschikt te krijgen en deze met elkaar te verbinden. Het zenuwstelsel maakt onderscheid in de prikkels die binnenkomen: zijn ze belangrijk genoeg en verdienen ze de aandacht, of zijn ze vertrouwd en mogen ze genegeerd worden? Zo filteren de hersenen prikkels, ze maken als het ware een selectie. Wanneer dit proces goed verloopt, ontstaat een totaalplaatje van alle informatie waardoor je in staat bent goed te functioneren. Wanneer dit proces niet adequaat verloopt,

ontstaan bijzonderheden in de sensorische informatieverwerking die kunnen leiden tot opvallend gedrag bij leerlingen.

Bijzonderheden op het gebied van de sensorische informatieverwerking kunnen op zichzelf staan, maar komen ook voor in combinatie met andere problemen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan een verstandelijke beperking, autisme of AD(H)D. Onderzoek laat zien, dat er vier manieren zijn die kinderen gebruiken om op sensorische ervaringen te reageren: gebrekkige registratie van prikkels, gevoeligheid voor prikkels, het opzoeken van prikkels en het vermijden van prikkels (Dunn, 1999). De manier van reageren hangt vooral samen met de snelheid van reageren en of een leerling de prikkel opmerkt of niet.

Alertheid

De mate van alertheid van een kind is een belangrijke factor als het gaat om de mogelijkheid informatie goed te kunnen verwerken. Alertheid wil zeggen dat je zodanig 'wakker' bent, dat je de mogelijkheid hebt om te reageren op de prikkels uit je omgeving. Deze alertheid verschilt per moment, per dag, per uur. Een optimaal alertheidniveau is nodig voor het geven van een adequate reactie, gekoppeld aan de activiteit die je aan het doen bent. Hoeveel informatie binnenkomt, hangt af van het alertheidniveau van een kind op dat moment.

Wanneer een kind rustig op de bank een boek zit te lezen, is een lage alertheid heel gepast. Maar bij het maken van een toets is een optimale alertheid van belang om tot een goed resultaat te komen. Je niveau van waakzaamheid is dan hoger maar past wel bij hetgeen je aan het doen bent. Een langdurige hoge alertheid is niet wenselijk en zeer vermoeiend. Na een toets tijd voor ontspanning inplannen is om deze reden zeer wenselijk.

Wanneer je als leerkracht of begeleider het alertheidsniveau van een kind wilt optimaliseren moet je aansluiten bij het gedrag van een kind en niet zomaar prikkels aanbieden of weghalen. Hierbij zul je allereerst de verschillende alertheidniveaus van een kind moeten herkennen. Wanneer is een kind hoog of laag alert? Welk gedrag hoort er bij een hoge, lage of optimale alertheid?

Bij het bepalen van de alertheid kijk je naar aspecten als lichaamshouding en mimiek, hoogte van het stemgeluid, de mate van prikkelopwekkend gedrag, bewegingsdrang of onrustig gedrag, taakgerichtheid en de mate van zelfstandigheid.

Als leerkracht of begeleider is van belang om goed te observeren en mogelijk onderzoeken waar opvallend gedrag van een kind door veroorzaakt wordt. Wanneer gedrag een sensorische oorzaak heeft, is het van belang dat de aanpak van de leerkracht of begeleider hierop gericht is. De focus moet dus niet liggen op het storende gedrag zelf (Murray-Slutsky & Paris, 2008).

Sensorisch waardevolle omgeving

Aangezien alle kinderen op een eigen manier prikkels verwerken, vragen zij om een individueel afgestemde begeleidingsstijl, activiteiten en aangepaste omgeving binnen de groep. Een lastige opgave en een dagelijkse uitdaging voor leerkrachten en begeleiders, maar noodzakelijk om te voorkomen dat bijzonderheden in de sensorische informatieverwerking de ontwikkeling van individuele kinderen en de groep als geheel belemmeren.

Een sensorisch waardevolle omgeving is een omgeving die activiteiten ondersteunt en de groei/ontwikkeling van een kind stimuleert. Deze omgeving biedt de juiste hoeveelheid prikkels, sluit aan bij de voorkeurszintuigen van een leerling en houdt rekening met de prikkels die het kind onprettig vindt.

In deze omgeving:

- worden activiteiten aangeboden met prikkels die een kind kan verwerken;
- is de leerkracht/begeleider bekend met de bijzonderheden in de prikkelverwerking die een kind heeft;
- krijgt een kind voldoende kansen op aangename en waardevolle sensorische ervaringen.

Een sensorisch waardevolle omgeving wordt door veel factoren bepaald. Op veel van deze factoren kun je als leerkracht of begeleider invloed uit oefenen. Vaak zorgen kleine veranderingen in de organisatie van ruimtes en activiteiten dat in toenemende mate wordt aangesloten bij de sensorische behoefte van een leerling. Denk hierbij aan aanpassingen op het gebied van structuur en overzichten afstemmen op sensorische behoeften van ieder kind.

Geef een kind waar mogelijk controle over de omgevingsfactoren, o.a. doordat hij kan aangeven dat hij een bepaalde prikkel wil vermijden (bijvoorbeeld auditief – een bepaald geluid), of dat hij behoefte heeft aan een bepaalde prikkel (bijvoorbeeld een vestibulaire prikkel – beweging). Kan een kind niet aangeven wat hij prettig vindt aan de omgeving, bedenk dan als leerkracht of begeleider op welke manier de omgeving sensorisch waardevoller kan worden gemaakt.

In iedere groep zijn kinderen terug te vinden die gevoelig zijn voor prikkels, kinderen die prikkels gebrekkig registreren, kinderen die prikkels vermijden en kinderen die prikkels zoeken. Deze vier typen kinderen hebben concurrerende prikkelbehoeftes en vragen een afgestemde begeleidingsstijl van hun begeleiders. Een kind dat veel prikkels zoekt voelt zich prettig in een omgeving waar hij de mogelijkheid krijgt deze op te doen, terwijl een prikkelgevoelig kind zich prettiger voelt in een rustige omgeving die weinig veranderd.

Een sensorisch waardevolle omgeving creëren is belangrijk om te zorgen dat elk kind zich thuis voelt in een groep. Om dit te bereiken is allereerst een prikkelarme omgeving noodzakelijk. Door de ruimte prikkelarm in te richten voelen leerlingen die prikkels vermijden en gevoelig zijn voor prikkels zich er veilig. Ook de begeleidingsstijl en prikkelaanbod wordt hierop aangepast. Je creëert dus eerst een omgeving voor de leerlingen die gebaat zijn bij weinig omgevingsprikkels.

Daarna zorg je voor een passende begeleidingsstijl en prikkelaanbod voor kinderen die meer prikkels nodig hebben. Die kinderen krijgen bijvoorbeeld een koptelefoon met muziek op, iets om op te sabbelen of te friemelen in de handen.

Vergeet hierbij niet de invloed die je zelf als begeleider of leerkracht hebt op het prikkelaanbod in een groep. Je brengt als begeleider ook verschillende prikkels mee in de groep, bijvoorbeeld parfum, kleurrijke kleding, stemgeluid, manier van lopen). De verschillende vormen van prikkelverwerking komen natuurlijk niet alleen bij de kinderen voor maar ook bij de begeleiders van een groep. Een begeleider kan een prikkelzoeker zijn, een vermijder van prikkels, een gevoelige prikkelverwerker of een gebrekkige registratie hebben (Dunn, 2008). En iedere vorm van prikkelverwerking biedt kwaliteiten en valkuilen die meespelen in het begeleiden van kinderen.

Samengevat

Begeleiders en leerkrachten die meer kennis en begrip hebben van de sensorische informatieverwerking zijn beter in staat om kinderen met sensorische bijzonderheden de mogelijkheden te bieden om te functioneren en leren in een groep. Dit zal het welbevinden van het individuele kind ten goede komen, maar ook de groep als geheel.

Robert de Hoog is werkzaam als SI-therapeut/fysiotherapeut, Sandra Stultiens-Houben is autismespecialist/leerkracht en Ingrid van der Heijden orthopedagoog /gezondheidszorg-psycholoog. Allen werken binnen de zorg en onderwijs aan leerlingen met een verstandelijke beperking.

Gezamenlijk zijn zij de auteurs van het boek 'Prikkel in de groep!' (Garant, 2012). Meer informatie: www.prikkelsindegroep.nl



Gebruikte literatuur

Dunn, W. (1999). *Sensory Profile*. United States of America – San Diego: Hartcourt Publishers.

Dunn, W. (2008). *Living sensationally; understanding your senses*. Londen - Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

Hoog, R. de., Stultiens, S. & Heijden, I. van der. (2012). *Prikkels in de groep!*. Antwerpen: Garant.

Murray-Slutsky, C. & Paris, B.A. (2008). *Is it sensory or is it behavior*. Austin: Hammill Institute on Disabilities