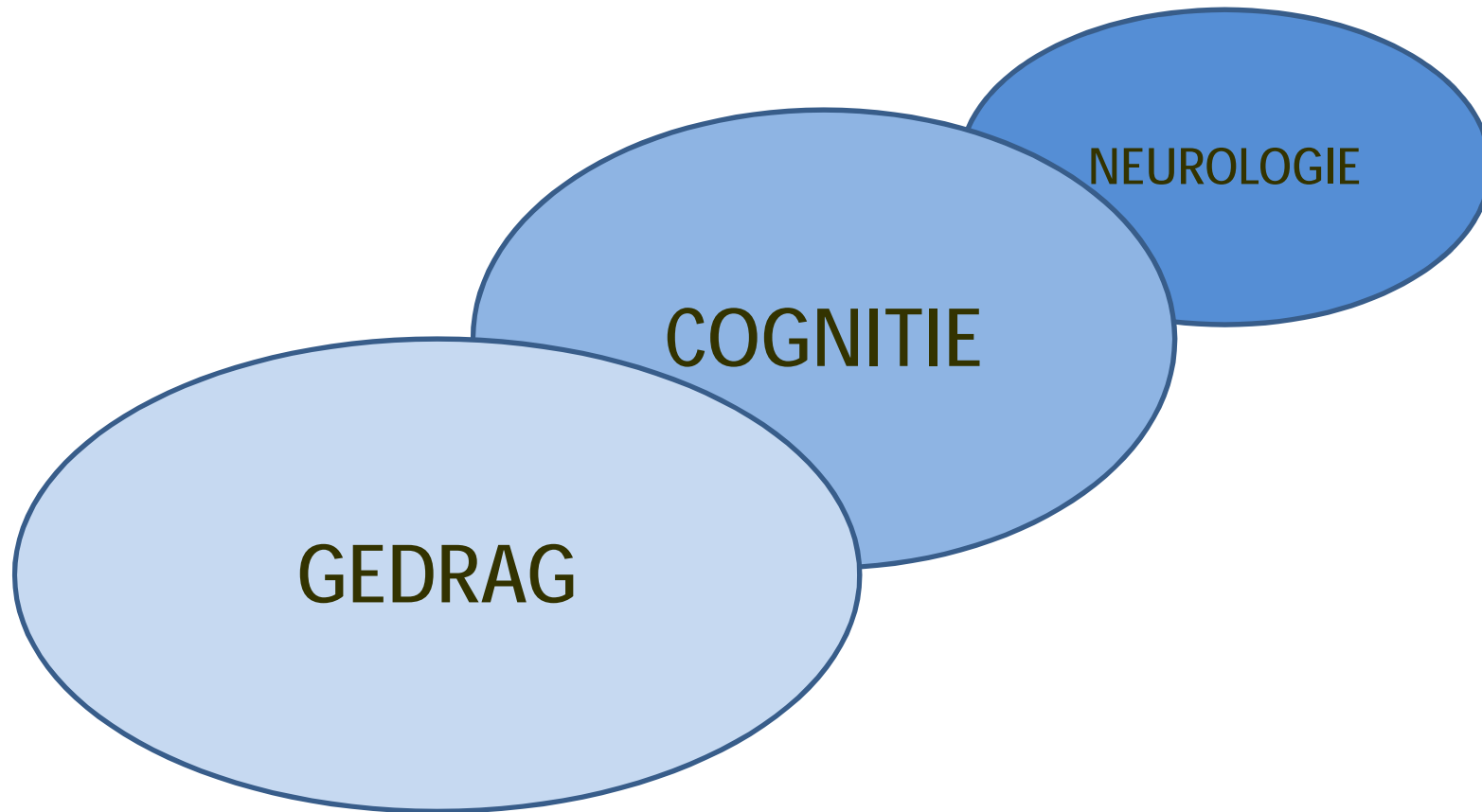




Als de wereld anders aanvoelt

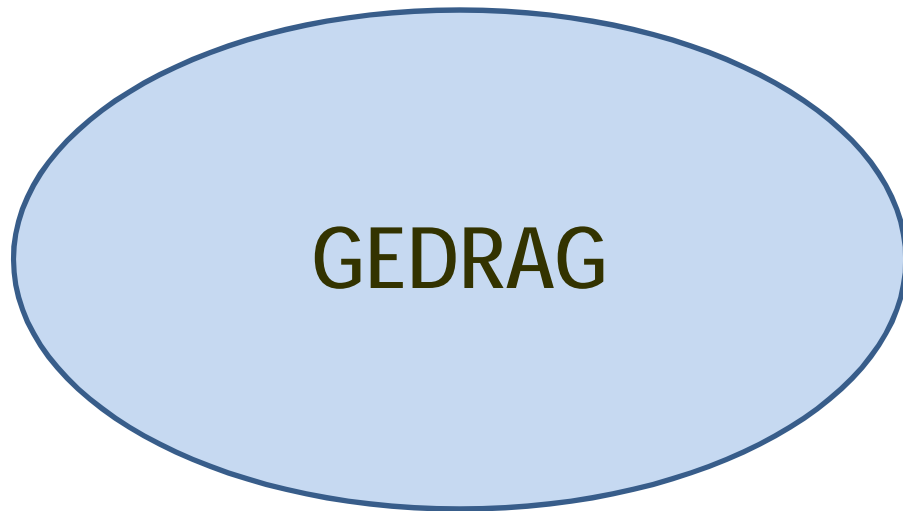
Autisme & sensorische ervaringen

Steven Degrieck



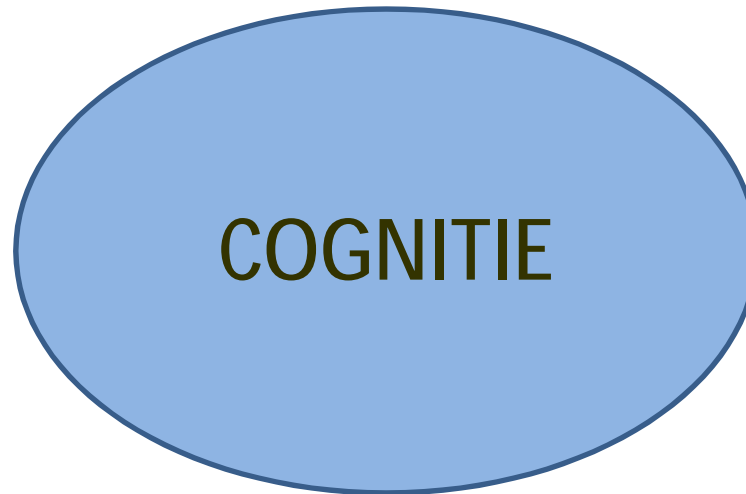
Autisme in de DSM 5

- § Beperkingen in de sociale communicatie en interactie
- § Repetitief gedrag en specifieke interesses (Inclusief andere sensorische verwerking)



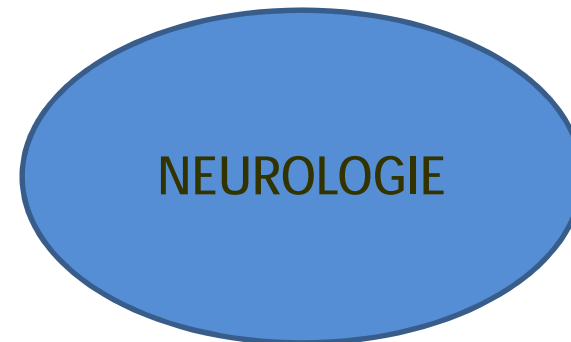
Een andere betekenisverlening

- § Zwakke centrale coherentie
- § Zwakke Theory of Mind
- § Zwakke executieve functies



Prikkelverwerking

- § Een andere sensorische verwerking
- § Geen probleem in het perifere orgaan



Dus **2** soorten problemen

Betekenisverlening
(cognitief)

Prikkelverwerking
(sensorisch)

Per seconde (!) komen er
drie miljard impulsen
ons centraal zenuwstelsel binnen



© Autisme Centraal

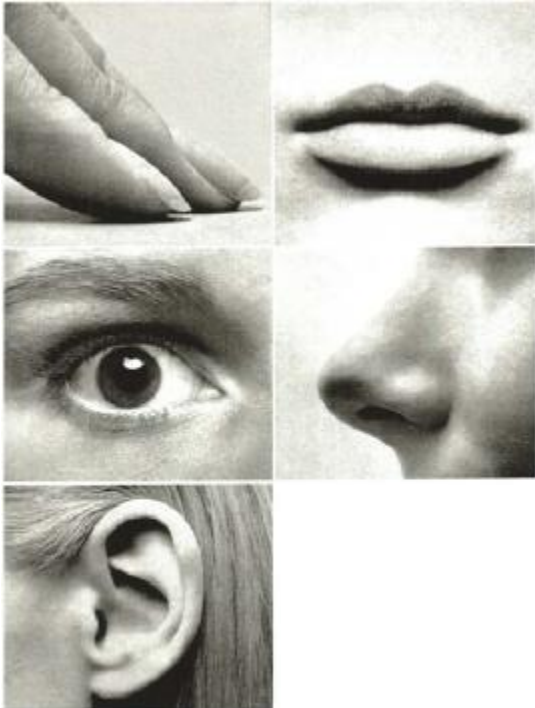
Dat zijn er 21 BILJOEN tijdens deze lezing!

Eén biljoen seconden is 31,690 jaar



De zintuigen

Sensorium (Lat.): bewustzijn



Visueel (zien)

Auditief (horen)

Tactiel (voelen)

Olfactorisch (ruiken)

Gustatief (proeven)

5 + 1

Vestibulair (evenwicht)



5 + 2

**Proprioceptie
(houding/spierspanning)**







hangjongeren

Proprioceptie

- § Positie van het lichaam
- § Krachten die er worden op uitgeoefend
- § Snelheid van bewegen

Daardoor kunnen we:

- § Handelen zonder te kijken
- § Zwaar en licht beoordelen
- § Een gevoel van 'zelf' ontwikkelen

$$5 + 3$$

Interoceptie (intern/organen)



Interoceptie

§ Honger

§ Dorst

§ Lichaamstemperatuur

§ Slaap

§ Hartslag

§ ...

5 + 4

Nocioceptie (pijn)





Als het mis loopt

Sensorische problemen bij mensen met autisme

- § Monoverwerking van stimuli
- § Hyperresponsiviteit
- § Hyporesponsiviteit
- § Overgang / veranderingen
- § Langer blijven hangen in of voorkeur voor nabijheidszintuigen

Monoverwerking

- § Eén zintuig tegelijkertijd
- § Aanpassing om sensorische overbelasting te vermijden
- § Aanpassing om één ding goed te kunnen doen

Concreet

- § Hij kijkt me niet aan als ik tegen hem spreek
- § Als ik zijn hand stuur luistert hij niet naar wat ik zeg
- § Tijdens het eten staart hij voor zich uit
- § Als hij naar zijn schema kijkt luistert hij niet naar wat ik zeg

Hyperresponsiviteit (hypersensitief, hyperreactief)

- § Sensorische overprikkeling
- § Geen of tragere gewenning aan omgevingsstimuli
- § Meer opnemen dan normaal

Gedrag bij hyperresponsiviteit

§ Fight

§ Flight

§ Freeze



Hyper Vestibulair

- § Moeilijk van richting kunnen veranderen
- § Evenwichtsproblemen
- § Paniek bij achteruit gaan / rijden
- § Paniek bij lichamelijke bewegingsactiviteiten (schommel,...)
- § Angst wanneer voeten de grond niet meer raken (zwaartekracht-onzeker)
- § Traag bewegen

Hyper Vestibulair

- § Onevenredige angst om te vallen
- § Weinig plezier in speeltuin (vaak in zandbak)
- § Niet graag opgepikt worden
- § Duurt lang voor kind kan traplopen
- § Lichaamsschema minder ontwikkeld
- § Vaak weinig zelfvertrouwen
- § Niet graag fietsen, schaatsen...
- § Probleem met liften en roltrappen

Hyper samengevat

- § Prikkels komen te sterk door
- § Te veel details komen door
- § Bepaalde soort prikkels (bvb frequenties)
- § Onvoorspelbare prikkels
- § Afkeer of fascinatie zijn mogelijk

Hyporesponsiviteit (hyposensitief, hyporeactief)

- § refereert naar de problemen die de persoon heeft met het aandacht geven (registreren) aan relevante omgevingsstimuli.
- § zich niet bewust zijn van aanraking, pijn, beweging, smaak, geur, visuele of auditieve prikkels. (meestal is meer dan 1 kanaal betrokken)

Hyporesponsiviteit

- § leidt soms tot op extreme wijze opzoeken van bepaalde soorten van sensorische input.
- § vaak rusteloos, overactief, motorisch gedreven, spanning zoeken
- § kan gevaarlijk gedrag veroorzaken
- § zoeken van grote hoeveelheden proprioceptieve input.

Hypo Vestibulair

- § Veel draaien, rondslingeren
- § Hevig wiegen, hoofdschudden
- § Balanceren op 2 poten van de stoel
- § Vaak overactief
- § Schommelt hard, lang

Hypo Vestibulair

- § Struikelt en valt veel
- § Onvoldoende opvangreacties
- § Lage spierspanning in rust
- § Onvoldoende integratie van beide lichaamshelften
- § Minder goede oog-handcoördinatie

Hypo Proprioceptief

- § Slechte lichaamshouding
- § Hoofd ondersteunen met handen
- § Problemen met trappenlopen
- § Extreme vermoeidheid bij kleine lichamelijke inspanningen

Hypo Proprioceptief

- § Aanleunen tegen anderen of tegen meubilair
- § Speciale manier van lopen
- § Kledij zit slordig, verkeerd
- § Erg druk
- § Met hielen op grond stampen bij lopen
- § Met stokken slaan tijdens lopen

Hypo proprioceptief

- § Graag bijten
- § Kauwen, nagelbijten
- § Riemen en touwen strak aantrekken
- § Diepe druk zoeken
- § Gewichten op hem of haar
- § Te veel of te weinig kracht
- § Bruut
- § Onderuitgezakt, hangerig

Hypo interoceptief

- § Geen pijnervaring
- § Doorgaan tot uitputting
- § Geen dorstgevoel
- § Geen hongergevoel
- § Te veel eten of drinken
- § Niet zindelijk



Gevolgen

Algemene reacties op sensorische ervaringen

- § Constant afgeleid zijn
- § Moeheid
- § Angsten
- § Verwarring \rightarrow fascinatie
- § Vermijdingsgedrag
- § Aversie
- § Atypische emotionele responsen
- § Overstemming/ stimulusreductie

Reacties op sensorische ervaringen

- § Terugtrekken (flight)
 - § Verbaal/lichamelijk/emotioneel
- § Platleggen van het systeem
- § Pijnervaring
- § Automutulatie
- § Stereotiep gedrag
 - § Verdedigingsmechanisme
 - § Overleven met ongewenste prikkels
 - § Innerlijke genotsbeleving



De aanpak

Aanpak

- § Hersendysfunctie: welke onherstelbaar is
Dus aanpak van de sensorische problemen,
geneest het autisme niet!
- § Aanpassingen in het dagelijkse leven
- § Tegelijkertijd andere behandelingen/
begeleidingen laten doorgaan

Aanpak

§ Bewustwording

§ Aanpassingen

§ Controle!

Bewustwording

- § Erkenning / bewustwording van het probleem
= 50% van de aanpak
- § De persoon met autisme: gedrag herkennen
- § De omgeving: welke prikkels zijn er

Aanpassingen: algemeen

§ Stress verminderen

§ Voorspelbaarheid

§ Controle!

Controle!

- § Geef hulpmiddelen maar laat persoon zelf beslissen
- § Vluchtroutes en recht op
- § Nooit 'dwingen' bij hyperreactiviteit
 - § Aversie
 - § Negatieve koppeling bij jou als persoon
 - § Anticiperend probleemgedrag

Aanpassingen: specifiek

§ In ruimte en materialen

§ In activiteiten

§ In omgang

In ruimte en materialen

§ Bij Hyper

- § Prikkels vermijden

- § Filteren

- § Vluchtplek

§ Bij Hypo

- § Sterkere prikkels

In activiteiten

§ Vooral bij hypo

§ Een gepast aanbod

Activiteiten bij proprioceptische moeilijkheden 1

- § Dragen van zware items
- § Verzwaarde rugzak, vest
- § Stretchen, isometrische spieroefeningen
- § Hometrainer
- § Zwemmen
- § Hand- en voet massage
- § Trampoline of pogo stok
- § Joggen
- § Springen op een zitbal
- § Lineair zwaaien (voor en achteren)
- § Push-up
- § Huishoudelijke taakjes
- § Enkel- of polsgewichten

Activiteiten bij proprioceptische moeilijkheden 2

- § Zithoek met grote kussen, zitzakken
- § Schootslang of zwaar boek op schoot bij zitten
- § Elastiek rond poten van stoel
- § Traplopen
- § Touwtrekken
- § Armworstelen
- § Gooien en trappen met ballen
- § Deeg kneden
- § Fitness oefeningen
- § Gras maaien
- § Hammeren en zagen

Activiteiten bij proprioceptische moeilijkheden 3

- § Stenen in een meer gooien
- § Oosterse gevechtssporten, Yoga, Pilates
- § Skiën
- § Schaatsen
- § Drummen of tamtam
- § Met rug tegen muur zitten
- § Boeken tegen lichaam dragen met handen tegen de tegenoverliggende elleboog
- § Stofzuigen
- § Schoolborden afvegen
- § Stoelen opruimen
- § Kar duwen of trekken
- § Blikjes en flessen samendrukken

Kringgesprek aanpassen

- § Niet enkel **luisteren** naar elkaar
- § Ook **kijken** naar prenten
- § Iets in de handen **betasten**
- § Op een **wiebelkussen** zitten
- § **Rechtstaan** bij bepaald woord
- § Ja en neen vragen en bij 'ja' **opstaan**

Sensorisch dieet

§ Alert makende activiteiten

§ Organiserende activiteiten

§ Kalmerende activiteiten



Alert maken

- § Kauwen
- § Springen
- § Douche



Organiserend

- § Kauwen
- § Hangen
- § Duwen
- § Ondersteboven hangen



Kalmerend

§ Zuigen

§ Tegen muur duwen

§ Handen, schouders, rug, achterwerk, hoofd

§ Langzaam schommelen of zwaaien

§ Knuffelen

§ Over rug wrijven

§ Bad

Naar bed

- § Vast ritueel maakt prikkels voorspelbaar
- § Nachtlampje of net pikdonker
- § Gladde lakens (zijde)
- § Zachte pyjama
- § In slaapzak
- § Verzwaarde dekens
- § Matras op grond

In bad

- § Zelf temperatuur laten bepalen
- § Bad vollopen met persoon er in
- § Washandje over douchekop
- § Niet tegen haren instrijken
- § Vaste shampoo, zeep (geur)
- § Zitten in de douche
- § Stevig inpakken in handdoek

Bedankt voor uw
proprioceptische kalmte !

