
Arousal-activiteiten

Het is van belang de wereld voor het kind te organiseren:

- regels en duidelijkheid
- voorspelbaarheid
- dag- en weekritme
- consequent zijn

In plaats van straffen:

- kind uit de situatie halen
- rustige ruimte
- reacties serieus nemen
- prikkels verminderen
- frisse neus halen

Kalmerende activiteiten:

- op een speen, ijslolly etc. zuigen (zoet)
- tegen een muur duwen met de handen, schouders,
- langzaam heen en weer schommelen (op een schommel in een hangmat enz.)
- kind langzaam wiegen
- knuffelen of krachtig over de rug wrijven
- in bad gaan
- ritme kalmeert, eigen bewegingen vertragen
- langzaam en zacht praten
- handen en gezicht met warm water laten wassen
- op buik laten liggen met hoofd naar beneden
- krachtig druk geven op handpalmen

Alert makende activiteiten:

- op crackers, noten, wortels, appels, ijsblokjes etc, kauwen
- onder de douche staan
- op een grote bal op en neer springen
- op een matras of een trampoline springen
- a-ritme maakt alert
- nieuwe dingen maken alert
- zuur

Activiteiten op het gebied van de Sensorische Informatieverwerking

Tactiele prikkelverwerking (gevoel)

- waterspel, zandspel
- vingerverven
- de voeldoos
- “kun je het beschrijven?”
- kokkerellen
- met huisdieren omgaan

Vestibulaire prikkelverwerking (evenwicht en bewegingsonrust)

- skippyballen
- rollen
- schommelen
- ronddraaien
- glijden
- over bewegelijke oppervlakten laten lopen
- grote bal
- joggen
- springen op het bed en zich hard laten vallen
- samen met het kind bewegen in de ruimte

Proprioceptieve prikkelverwerking (houdingsgevoel en krachtgebruik)

- optillen en dragen van zware lasten
- duwen en trekken
- aan de armen hangen
- armdrukken
- stevig omhelzen
- ‘hot-dog’ (kind inrollen in een mat en beleggen met zware zakjes)
- rug aan rug opstaan
- springen op het bed en zich hard laten vallen
- samen met het kind bewegen in de ruimte

Auditieve prikkelverwerking (horen)

- veereenvoudig taal
- spreek langzaam
- korte zinnen
- taal met gebaren bekrachtigen

- praat tijdens dagelijkse activiteiten
- wees een actieve luisteraar
- geef voldoende tijd
- beloning, positieve reacties laten zien
- voorlezen, zingen

Visuele prikkelverwerking (zien)

- vormen maken (b.v. met klei)
- doolhoven
- verschillen zoeken
- tanggram
- tekenen
- knippen
- legpuzzels
- met blokken bouwen