Autisme en Prikkel gevoeligheid

WIE ZIJN WIJ?

- Julie Verdonck
- Limburgse Stichting Autisme – VZW Stijn
- Dienst voor Rechtstreeks Toegankelijke Hulp
- LSA@wegwijs.stijn.be

INHOUD

1. Theorie
2. Sensorisch Profiel
3. Aanpak

Theorie

autisme en prikkels

Autisme

- ASS= Pervasieve ontwikkeling stoornis
  - Sensorische prikkelverwerking = jarenlang onderbelicht
  - Als mogelijk kenmerk van ASS, nieuw in de DSM-5 (mei 2013).

DE DYADE

ASS = Autisme Spectrum Stoornis

Sociaal-communicatieve tekorten	Gebrek aan soepel denken/doen

GEDRAG

= topje van de ijsberg

= zichtbaar

OORZAAK

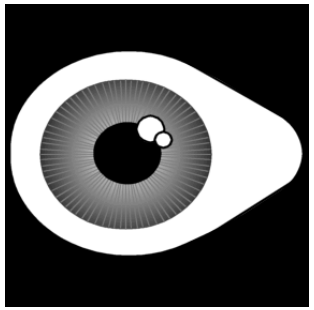
= onder wateroppervlak

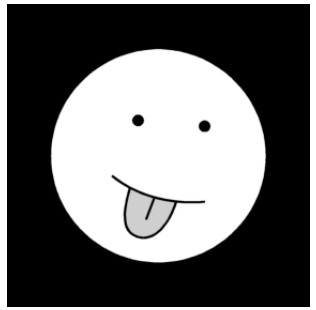
= onzichtbaar

WAT ZIJN PRIKKELS?

De zintuigen

Externe zintuigen

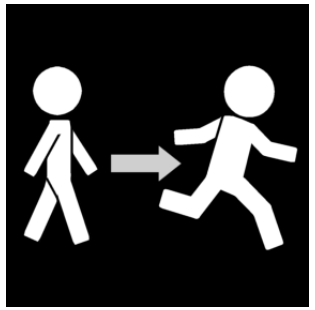




WAT ZIJN PRIKKELS?

De zintuigen, maar ook…

Interne zintuigen



WAT IS PRIKKELVERWERKING

- Hoofdtaak van je lichaam
- Doet iedereen altijd en overal
- Hersenen verwerken ze en beoordelen of er iets mee moet gedaan, en zo ja, wat.

WELKE WEG LEGT EEN PRIKKEL AF?

Prikkel

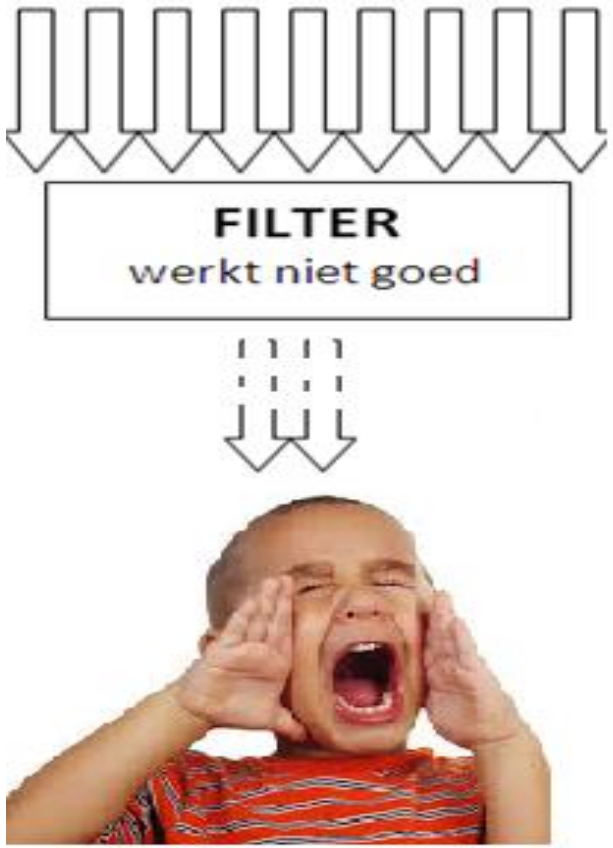
Registratie

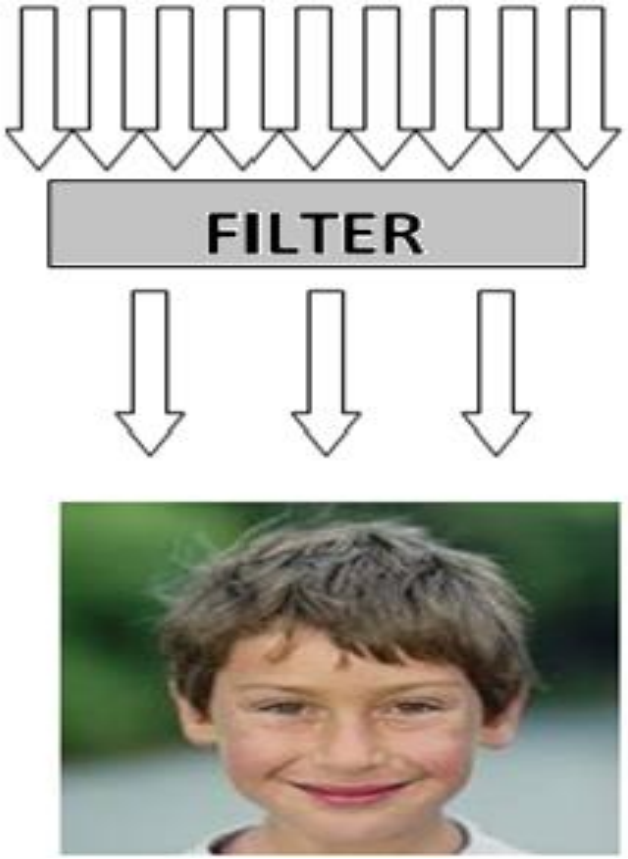
Filter

Betekenisgeving

Gedrag

FILTER





ANDERE PRIKKELVERWERKING

NIET:

= “de zintuigen zijn aangetast”

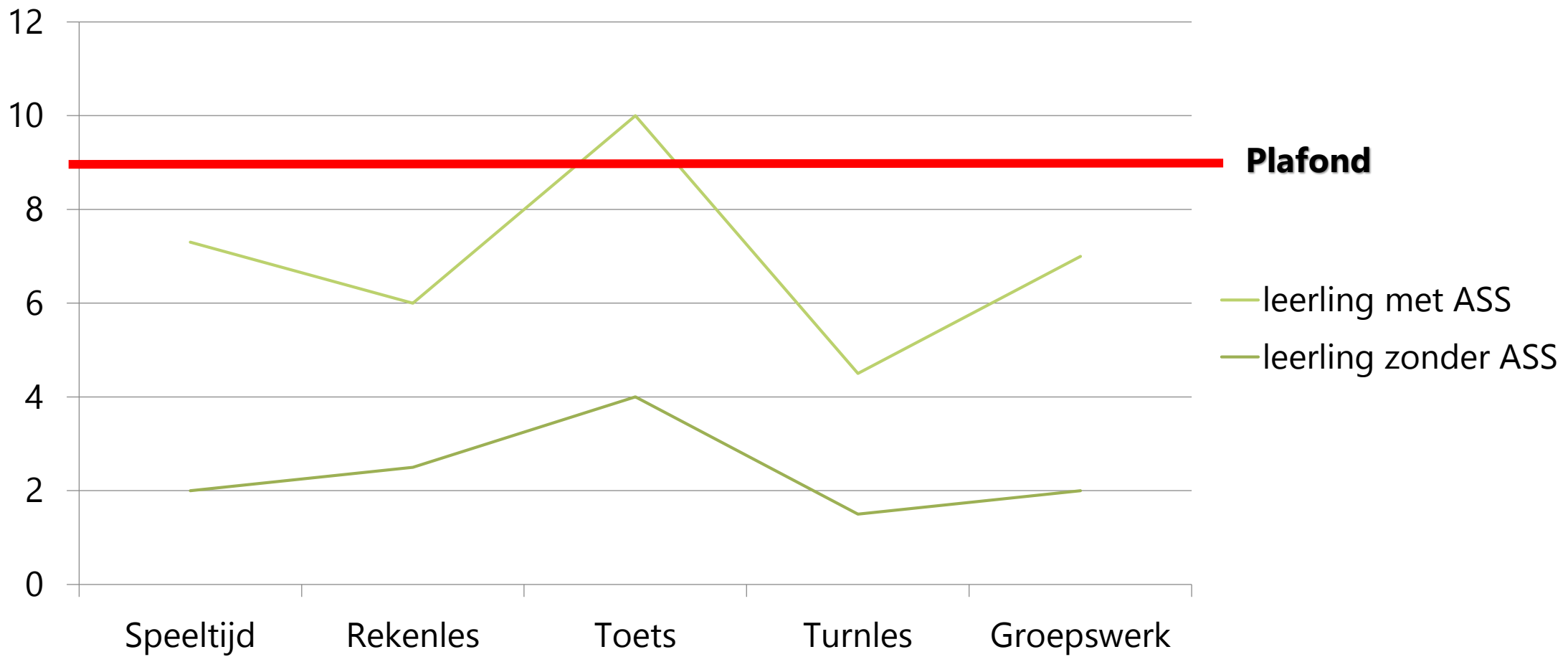
WEL

= de filter werkt anders

SENSORISCHE PROBLEMEN

Hyperreactiviteit of overgevoeligheid	Hyporeactiviteit of ondergevoeligheid
• Zintuiglijke kanalen staan te ver open • Teveel stimuli tegelijkertijd • Moeilijk onderscheid maken tussen hoofd – en bijzaken = overprikkeling	• Zintuiglijke kanalen staan niet ver genoeg open • Te weinig stimuli = onderprikkeling → zoeken naar hardere prikkels

OVERPRIKKELING EN STRESS



GEDRAG BIJ HYPERREACTIVITEIT

Overprikkeling

Vechten	Vluchten	Vriezen
Stereotiep gedrag, agressie, woedebui	Vermijden, weglopen	Blokkeren, terugval in functioneren

Maar ook: Overstemmen!

Sensorisch profiel

DOEL: KIJKEN DOOR EEN AUTI-BRIL

OVER- EN/OF ONDERGEVOELIGHEID

- Visuele prikkels

Hyper	Hypo
• Moeite met oogcontact • Fel licht, flikkerende lamp • Veranderingen/details snel opmerken • Pet/kap opzetten • Naar de grond kijken • …	• Graag in fel licht kijken • Fascinatie voor glitters of glanzende dingen • Staren • Met handen voor ogen fladderen of bewegingen maken • …

OVER- EN/OF ONDERGEVOELIGHEID

- Auditieve prikkels

Hyper	Hypo
• Verbale overprikkeling • Oren bedekken • Haren knippen • Bang voor harde en onverwachte geluiden • Overstemmen van geluid • …	• Lijkt ongevoelig voor geluid (instructies, muziek, wekkers,…) • Lawaai opzoeken • Holle geluiden opzoeken • Houden van geluid van sirenes • …

OVER- EN/OF ONDERGEVOELIGHEID

- Tactiele prikkels

Hyper	Hypo
• Last met bepaalde aanrakingen of materialen • Nieuwe kledij/schoenen • Aanrakingen • Bij verzorgingsmomenten • Natte/kleverige dingen aan handen • …	• Alles strak aan willen • Te stevig knuffelen • Met handen aan materialen voelen/wrijven • Rondlopen met vuile mond of neus • Bijten op kleding, vingers, speelgoed, … • …

OVER- EN/OF ONDERGEVOELIGHEID

- Geurprikkels

Hyper	Hypo
• Sterke geuren bij eten • Mensen (parfums) • Schoonmaakproducten • Zweet • Plaatsen niet aankunnen (bv. openbaar toilet) • Wasverzachter • …	• Ruiken aan mensen, voorwerpen, … • Veel parfum en schoonmaakproducten gebruiken • Aan alcoholstift/benzine ruiken • …

OVER- EN/OF ONDERGEVOELIGHEID

- Smaakprikkels

Hyper	Hypo
• Beperkte variatie in voedsel • Kokhalzen • Geen gekruid eten • Medicatie weigeren • …	• Alles eten • Graag pikant en krokant eten • Zaken in mond stoppen, likken • …

OVER- EN/OF ONDERGEVOELIGHEID

- Vestibulair (het evenwicht)

Hyper	Hypo
• Niet graag bewegen • Niet graag schommelen • Last in de auto • Trappen lopen • …	• Genieten van activiteiten waar evenwicht voor nodig is • Vaak vallen • Onhandig • Veel wiegen, schommelen

OVER- EN/OF ONDERGEVOELIGHEID

- Proprioceptie (houding/spierspanning/positie van het lichaam)

Hyper	Hypo
• Verkrampen	• Ruimte niet aanvoelen • Onderuitgezakt, hangerig • Erg druk • Veel klimmen, springen, lopen, duwen,… • Genieten van lichamelijke druk • Tactiele grenzen opzoeken • …

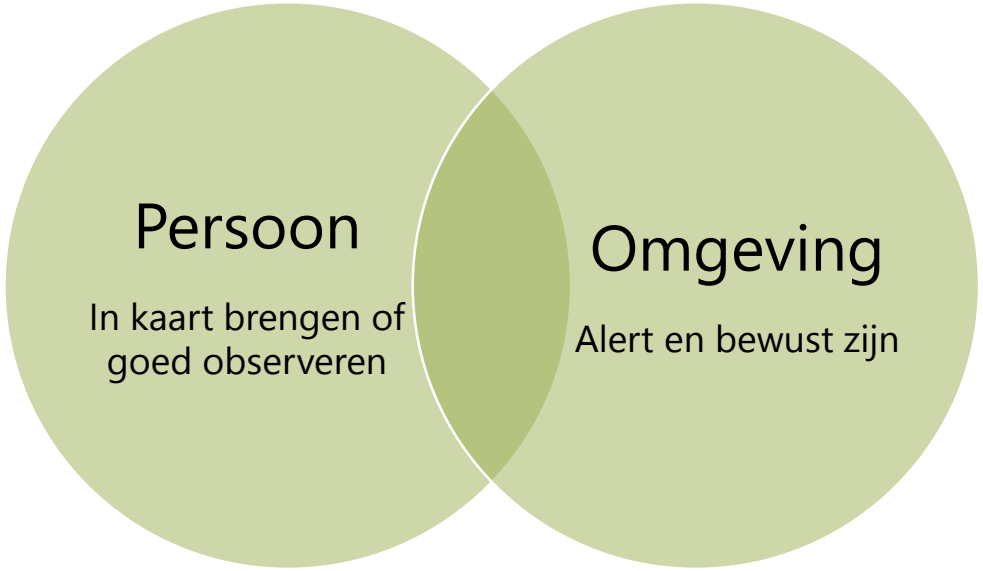
OVER- EN/OF ONDERGEVOELIGHEID

- Lichaamsgebonden prikkels (lichamelijke behoeftes, pijn, temperatuur)

Hyper	Hypo
• Onverzadigbaar hongergevoel, dorst • Vaak gevoel dat naar toilet moet • Snel gestresseerd, vermoeid voelen • Lage pijngrens • Te snel warm of koud voelen • …	• Geen hongergevoel, dorst • Hoge pijngrens • Niet aanvoelen wanneer men naar het toilet moet, niet zindelijk • Niet in slaap kunnen vallen • Stress en vermoeidheid niet zelf aanvoelen – doorgaan tot uitputting • Niet gepast kleden • Met te warm water wassen • …

SENSORISCH PROFIEL

- Hoe achterhalen?
  - Vragenlijsten bv. Checklist Zintuiglijk Profiel van Olga Bogdashina (CPSR: Sensory Profile Checklist-Revisited).
  - Gerichte observatie
  - Verschillende contexten bevragen (ouders, school, werk, …)
  - Informeel onderzoek
  - Persoon zelf bevragen



GERICHTE OBSERVATIE

Bijvoorbeeld: voedsel

Smaak?

Geur?

Zicht?

Geluid?

Textuur?

Bron: Autisme Centraal

PLAN van AANPAK

Aanpak

AANPAK PRIKKELGEVOELIGHEID

1. Signalering - Signaleringsplan
2. Specifieke aanpassingen OVERgevoeligheid
3. Specifieke aanpassingen ONDERgevoeligheid
4. Algemene aanpassingen

= MAATWERK en vraagt creativiteit

SIGNALERING

- Persoon met ASS leert aangeven dat hij over- of onderprikkeld is

EN/OF

- De omgeving kan bij de persoon met autisme nagaan of hij iets nodig heeft om prikkels beter te reguleren

Fase	Gedrag van Adil	Interventies begeleiding
Het gaat goed met mij	• Adil voelt zich goed als hij met zijn favoriete bezigheid bezig is, namelijk eenvoudige puzzels en bouwwerkjes. • Hij vindt het fijn als je hem zijn gang laat gaan. • Adil vindt het fijn als de wereld voor hem overzichtelijk en herkenbaar blijft. Hij blijft dan rustige en toont initiatieven in de dagelijkse bezigheden.	• Adil complimentjes geven • Positief bevestigen • Helpen bij dagstructuur • Ruimte geven
Het gaat niet zo goed met mij	• Als Adil iets eet waar hij overgevoelig voor is, zoals bepaalde kleurstoffen, conserveringsmiddelen en additieven. Hier wordt Adil erg druk van en gaat obsessief eetgedrag vertonen. Hij gaat dan van alles eten. • Adil trekt zich terug en er is slecht contact met hem te maken.	• Zorgen dat Adil zo min mogelijk in contact komt met de voedingsstoffen waar hij overgevoelig voor is. • Zorgen dat Adil geen obsessief eetgedrag kan vertonen door etenswaren bij hem vandaan te houden. • Adil corrigeren in zijn gedrag • Contact met hem maken.
Het gaat slecht met mij	• Als er te weinig structuur wordt geboden vervalt hij in een van zijn buien. Hij gaat dan gillen, huilen, begint hij zichzelf/ of anderen te bijten of onzindelijk gedrag te vertonen (smeren met ontlasting). • Adil wordt, terwijl hij normaal heel rustig is, heel druk.	• Adil kalmeren • Adil afzonderen van anderen • Structuur bieden • Afleiding bieden • Adil gerust stellen

SIGNALERINGSPLAN OVERPRIKKELING

Wat kan je doen op het moment dat de persoon met autisme zich groen-oranje-rood voelt?

Doel = preventief actie leren ondernemen en de omgeving zo aanpassen dat je zo min mogelijk last hebt van overprikkeling

SPECIFIEKE AANPASSINGEN

OVERgevoeligheid

a) Prikkel wegnemen
b) Prikkel dempen
c) Prikkel voorspelbaar maken
d) Controle geven
e) Afleiden

WEGNEMEN

- Gerichte observatie
- Van welke prikkel heeft precies last? (Zie voorbeeld voedsel)

DEMPEN

- Bij de bron
  - vb. gordijn dicht voor zon, radio stiller, licht dimmen
- Bij de persoon met autisme
  - vb. koptelefoon, zonnebril, kap

VOORSPELBAAR MAKEN

- Sensorische scripts (verbaal of visueel verduidelijken)
- Routines (bv shampoo, tandpasta,..)
- Trager handelen (= visuele voorspelbaarheid)

CONTROLE GEVEN

- Gecontroleerde controle!
  - Binnen een gegeven kader, toespitsen op wat lastig is, keuzes geven.
  - vb. wassen → douche of bad?
- Oppassen voor iemand overvragen, te veel controle geven: kan ook angst geven
- Geef hulpmiddelen, maar laat persoon zelf beslissen
- Vluchtroutes
- Nooit ‘dwingen’ bij overgevoeligheid

AFLEIDEN

- Als laatste!
- Ander sensorisch kanaal: aangename prikkel toevoegen
- Interesses
- Stereotiep gedrag als compensatie voor lastige prikkel
- Korte duur

SPECIFIEKE AANPASSINGEN

bij ONDERgevoeligheid

- Gewoon toestaan
- Kanaliseren
- Alternatief

TOESTAAN

- Ongewoon gedrag → ontspanning → Accepteren
- Probleemgedrag → Wegnemen/alternatief
  - Schadelijk
  - Belemmert ontwikkeling of leren

KANALISEREN

- Via dagschema (visualiseren wanneer wel), materiaal, context

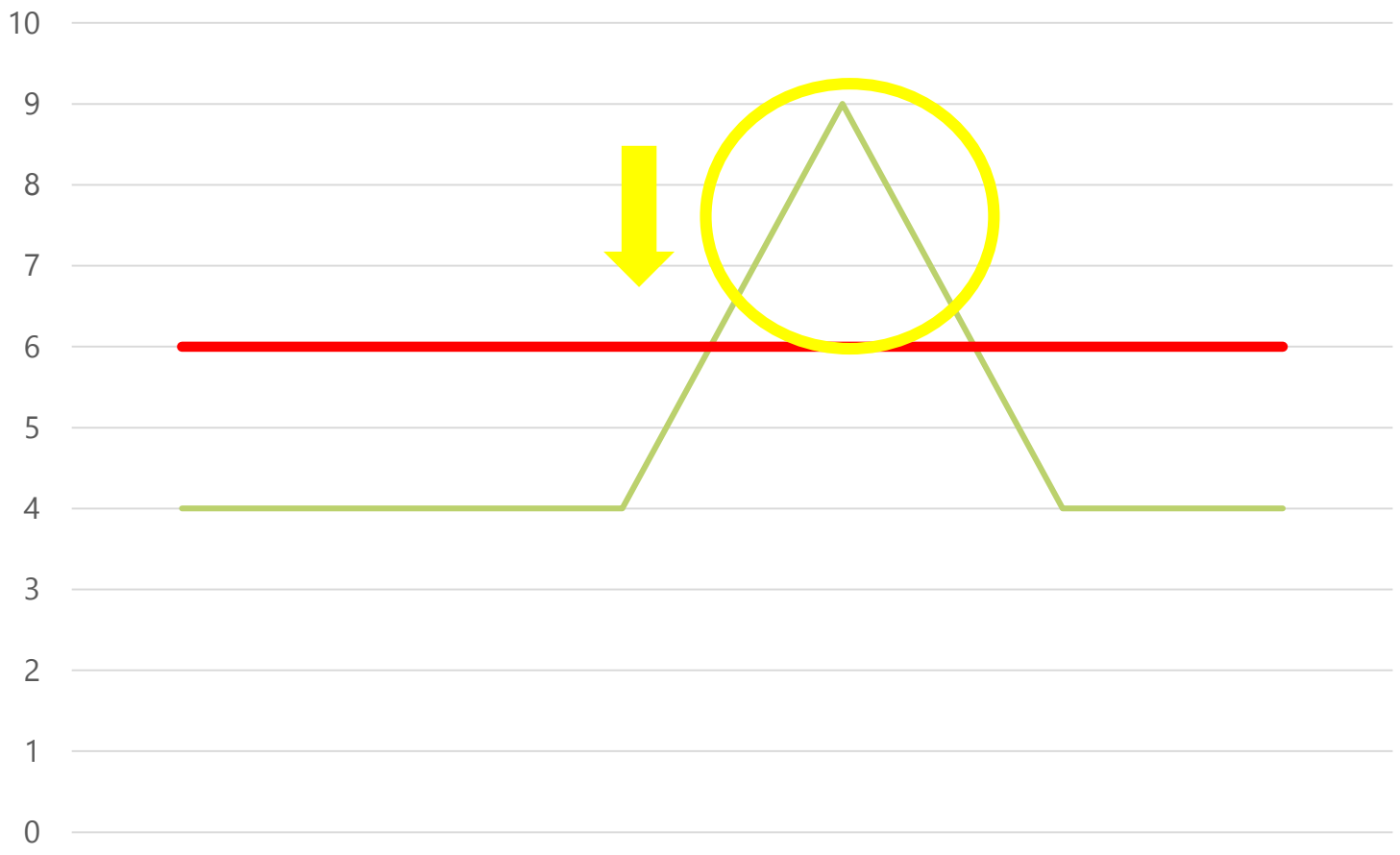
ALTERNATIEF

- Voldoende stimulerende prikkels overdag?

Auditief	liedjes zingen, voorlezen, …
Visueel	zoeken van vormen/auto's/vogels/vliegtuigen, puzzels maken, blokken bouwen,…
Tactiel	vingerverven, voeldoos, spelen met water/scheerschuim/zand/rijst/modder, bellen blazen, koken (deeg/gehakt), buiten spelen en werken, …
Smaak en geur	geuren gaan toevoegen die oké zijn: veel wasverzachter gebruiken zodat de kledij goed ruikt of etherische olie, parfum laten opdoen
Beweging en evenwicht	rollen, schommelen, ronddraaien, glijden, over beweeglijke oppervlakken lopen, wippen/balanceren, joggen, drukvest, verzwaringsdeken, in gewichtje knijpen, omhelzen, …

Limburgse Stichting Autisme

WAT ALS NIETS WERKT?



Bron: Wilfried Peeters

ALGEMENE AANPASSINGEN

Bron: Wilfried Peeters

ALGEMENE AANPASSINGEN

Bron: Wilfried Peeters

ALGEMENE AANPASSINGEN

- Stress verminderen
  - Vb tijdsdruk wegnemen of verminderen
- Verduidelijken
  - Vb visualiseren
- Voorspelbaarheid
  - Vb aankondigen van prikkels
- Controle!
  - Vb Persoon zelf kleren laten aandoen of laten kiezen uit 2 kledingstukken

BEDANKT VOOR UW AANDACHT VOOR ONZE PRIKKELS!

CHAT MET ONS! WIJ LUISTEREN NAAR JE EN DENKEN MET JE MEE.

- Voor personen met ASS en hun directe netwerk (ouders, brussen, partner, leerkracht, …)
- Anoniem, gratis en bemand door professionele begeleiders van de thuisbegeleidingsdiensten autisme

Openingsuren en toegang tot de chat
https://www.ligaautismevlaanderen.be/autismechat/

VOLG ONS EN BLIJF ALTIJD OP DE HOOGTE

Facebook

Limburgse Stichting Autisme

Instagram

@limburgse.stichting.autisme

YouTube

Limburgse Stichting Autisme