



'T BREINKAARTJE

Overprikkeld vs onderprikkeld?



Gedrag is communicatie. • Wat heeft jouw zorgvrager nodig?

Overprikkeld te veel prikkels komen binnen

HOE ZIE JE HET?

- Boos
- Geïrriteerd
- Weinig verbale communicatie mogelijk
- Huilen
- Agressief

HOE KAN JE HELPEN?

Het bieden van:

- Rust en stilte
- Duidelijkheid en voorspelbaarheid
- Een veilige plek
- Minder prikkels
- Geen keuzes

CONCREET

- Zet de muziek zachter
- Dim de lichten
- Verklein de ruimte tot waar de zorgvrager goed kent
- Verminder je woorden per zin
- Zoek oogcontact en communiceer duidelijk en kort



Tip van Tom!

Overprikkeling is ook een signaal. Uitdagingen en prikkels op maat helpen je zorgvrager in balans en in ontwikkeling.

Onderprikkeld te weinig prikkels komen binnen

HOE ZIE JE HET?

- Zoekt beweging
- Risico zoekend gedrag
- Wilt steeds iets 'nieuws' doen
- Verveelt zich snel
- Geen geduld

HOE KAN JE HELPEN?

Het bieden van:

- Variatie en meer prikkels
- Meerdere keuzes
- Beweging
- Creativiteit

CONCREET

- Ga erop uit!
- Bedenk spellen
- Maak een praatje of communiceer op de wijze van de zorgvrager
- Geef verantwoordelijkheid
- Verbreed de leefwereld van de zorgvrager



Tip van Tom!

Overprikkeling is geen keuze, maar een signaal. Het aanbieden van minder prikkels betekent niet minder plezier, maar weer ruimte in het hoofd.

Twijfel je? Kijk op www.tomontzorgt.nl of neem contact met ons op.