

ONRUST – SLAAP PRIKKELGEVOELIG

Zie je:

- (vaak) bewegingsonrust in het lichaam?
- snel boos, huilen of angst?
- gevoeligheid voor prikkels?
- hoofd-, buikpijn of spierspanning?
- moeite met zelfregulatie?
- inslaap of doorslaapproblemen?

PRIKKELVERWERKING

Dan kan er sprake zijn van verstoorde prikkelverwerking, waarbij informatie uit de zintuigen te intens of te zwak binnenkomt.

De verwerking van informatie uit de zintuigen wordt door de hersenen omgezet in acties of gedragingen. Deze reacties zijn mogelijk niet passend bij de situatie. Begrijpen hoe dit werkt bij het kind biedt jou en het kind veel inzicht!

Het kind de kans geven om zijn lichaam en brein te begrijpen en zo goed mogelijk te laten samenwerken is uniek en effectief. Hierdoor kan de ontwikkeling, het leren en het gedrag optimaal verlopen. Door middel van onderzoek kan een behandelplan worden opgesteld of een behandeling worden gestart.

SLAAPOEFENTHERAPIE

0 - 12 JAAR

Bij moeite met inslaap of doorslapen is er slaap oefentherapie. Wanneer deze verstoring meer dan 2 weken duurt is er sprake van een patroon. Er zijn diverse theorieën die kunnen helpen. Door goed te luisteren naar wensen en manier van opvoeden komt daaruit een aanpak. Ik begeleid tijdens deze aanpak. Per app houden we nauw contact om het effect te borgen en waar nodig de aanpak te veranderen.

Overprikkelde of onderprikkelde kinderen kunnen ook moeite hebben met slapen vanwege hun gevoeligheid voor prikkels. Door beide in kaart te brengen komt het antwoord op dat wat nodig is om goed in te slapen voor het kind op tafel.





HULP BIJ...

...prikkelverwerking kun je kiezen voor een online cursus waarin je zelf aan de slag gaat met veel handvatten, een 1-op-1 onderzoek en een aanpakgesprek, of een 1-op-1 onderzoek en behandeling.

...slaapoefertherapie is er een online cursus beschikbaar met de meest gegeven tips en methodes uit de ervaring met meer dan 500 gezinnen. Daarnaast kun je kiezen voor 1-op-1 slaapoefertherapie of de slaapvraagbaak, waarbij je eenmalig kunt sparren over slaapproblemen.



DUS...

...herken je deze kenmerken bij de kinderen. Dan sta ik klaar om te helpen! Ik ben *Jolien Glas*. Met mijn nuchtere kijk, humor en uitgebreide ervaring als Mensendiecktherapeut gespecialiseerd in Sensorische Informatieverwerking, ACT4Kids trainer en reflextherapeut help ik het kind om hun lichaam en brein beter te begrijpen en optimaal te laten functioneren. Zo kunnen zij volop genieten van hun kindertijd.

De behandelingen vinden plaats online, per telefoon, bij jullie aan huis of op school. Mijn werkregio is Noord-Holland. Afhankelijk van je zorgverzekering krijg je grotendeels vergoed.

Trainingen voor groepen op scholen, kdv enz. Informeer naar de mogelijkheden.