

Sensorische desensitisatie mond, neus en het gezicht



IMH NEDERLAND
leren · verbinden · matchen

Als je kind nare ervaringen heeft rond z'n gezicht, is het goed om je kind te helpen aan positieve ervaringen in z'n neus- en mondgebied. In dit document vind je spelideeën om op speelse en ontspannen wijze je kind te helpen met wennen aan nieuwe voedingsmiddelen en prikkels in z'n neus- en mondgebied. Zo leert je kind nieuwe verwachtingen én nieuwe betekenissen aan over de situatie. Omdat het creativiteit vraagt, zetten we hier e.e.a. op een rijtje.

Voor alle spelideeën geldt:

- Doe het eerst zelf voor of betrek andere kinderen met minder angst als voorbeeld.
- Laat je kind goed naar jou kijken. Elk kind heeft daarin eigen voorkeuren: lang toekijken of al snel meedoen.
- Maak het grappig en plezierig, je wilt nieuwe connecties aanleren! 'Rond je mond of in je mond iets ervaren is oké, of zelfs leuk'. Stem af op het niveau van je kind.
- Nodig je kind uit om je na te doen of mee te doen.
- Verzin zoveel mogelijk verschillende oefeningen, op verschillende plekken, met een wisselende intensiteit, met verschillende mensen.
- Vraag (non)verbaal toestemming als je het lichaam van je kind aanraakt. Erken de lichamelijke grens. Kinderen kunnen beter 'ja' zeggen, als 'nee' eerst goed lukt.

Tot slot: evalueer het geleerde met steunende en specifieke feedback en oordeel '*Je vond het spannend, maar de make-up mocht op je gezicht blijven... Wat goed gedurfd, moedig hoor.*' In de evaluatie zit de leeropbrengst. En die wil je verzilveren en vastleggen.



Speelse ideeën desensitisatie Mond, neus & gezicht

- 'Brrr, brrr' doen met boven- en onderlip. 'Broem broem' met autootjes.
- Klappiedjes – handen op de wangen 'klap klap klap klap, dit zijn mijn handjes (2x), en nu is het stil...' (met handen op de wangen)
- Liedjes met aanwijzen van onderdelen van het gezicht: 'dit zijn mijn wangetjes en dit is mijn kin', 'hoofd, schouders, knie en teen'
- Make-up of schminken of tattoostiften of stickers plakken op het gezicht
- Voetballen met 2 doelen, pingpongbal en rietje (bal in het doel blazen)
- Bellenblazen met kleinere bellenblaas (grote is altijd raak, klein moet meer op worden gericht)
- 'Blow lotto' (bal met rietje naar juiste letter toe blazen, evt. met hobbels in de weg)
- Raad dierengeluiden (Loeien als een koe, tokken als een kip, knorren als een varken, briesen als een paard, piepen als een vogel, etc)
- Luchtkusjes, daarna naar wangkusjes, neusje neusje en tot slot mondkusjes
- Maak een snor: houd een rietje of potlood tussen je bovenlip en neus
- Spaghetti of dropsliert samen opeten
- Fluitjes met brede of smalle mond (of mondharmonica)
- Zoentjes op de spiegel maken met lippenstift
- Houd een lepel met de achterkant tussen je lippen, leg er een rozijntje oid op en houd 10 tellen vol
- Speel skischansje (van neus af skiën), schaaft dat graast in het haar of gevangenisje (boef wil in de mond verstoppen)
- Vraag je logopediste naar de cursus 'BOOST de mondmotoriek van je kind' van Maaske, logopedist bij Volmondig logopedie



Spelideeën voor huidcontact

Als het gezicht nog niet lukt of kan? Wellicht kan wel de rest van het lijf vast wennen:

- Aaien van de voeten
- Masseren van de voeten
- Aaien van de handen
- Masseren van de handen
- Kriebelen op de rug
- Tekenen op de rug
- Diepe druk massage (oplopend in seconden)
- Aaien van armen en benen
- Masseren van armen en benen
- Samen slapen
- Smeren, kleien of tekenen met beleg
- Knutselen met voedingsmiddelen
- Kliederen met scheerschuim, modder of kinetisch zand
- Een tattoo tekenen op de hand
- (Kinder)nagellak op vinger- en teennagels
- Stickers plakken op je armen, benen, buik, nek...
- Rugdragen in geweven doek
- Rugdragen in rugdrager, geweven doek of voorgevormde drager
- Verzwarringsdeken gebruiken op de bank of in bed
- Stevig instoppen
- Bodysock spelletje
- Wiegen in schommelstoel
- Schommelen
- Wiegen in een hangmat of doek





Literatuurreferenties

- Cameron, J., & Pierce, W. D. (1994). Reinforcement, Reward, and Intrinsic Motivation: A Meta-Analysis. *Review of Educational Research*, 64(3), 363–423. <https://doi.org/10.3102/00346543064003363>
- Craske, M. G, Treanor, M., Conway, C. C., Zbozinek, T., & Vervliet, B, (2014). Maximizing exposure therapy: An inhibitory learning approach. *Behaviour Research and Therapy* (58), 10-23.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2016). Facilitating and Hindering Motivation, Learning, and Well-Being in Schools Research and Observations from Self-Determination Theory. In: *Handbook of Motivation at schools*. Eds. Wentzel, K.R. & Miele, D.B. New York: Routledge.
- Greeven, A. & Van Emmerik, A. (2020). *Handbook Exposure*. Amsterdam: Boom uitgeverij
- Hendriks, L. (2017). *Factsheet Exposure VGCT*.
- Von Hofacker, Papousek & Wurmser (). H7 Feeding Disorders and Failure to Thrive in Infants and Toddlers, blz 141 - 167. In: Papousek, M., Schieche, M. & Wurmser, H. (Eds., 2008). *Danvers: Zero to Three*.
- Irwin, K., Mulder, L., & Simpson, B. (2014). The Detrimental Effects of Sanctions on Intragroup Trust: Comparing Punishments and Rewards. *Social Psychology Quarterly*, 77(3), 253–272.
- Powers, M. B., Vervliet, B., & Smits, J. A. J. (2010). Helping exposure succeed: Learning theory perspectives on treatment resistance and relapse (M. W. Otto, Ed.). In M. W. Otto & S. G. Hofmann (Eds.), *Avoiding treatment failures in the anxiety disorders* (pp. 31–49).
- Sells, S. & Souder, E. (2017). *Treating the Traumatized Child - A Step-by-Step Family Systems Approach*. Springer Publishing Company.
- Shute, V. J. (2008). Focus on Formative Feedback. *Review of Educational Research*, 78(1), 153–189.

Contact of aanvullende ideeën?

Neem contact op met Maaske Treurniet en Marilene de Zeeuw

Vrij te delen, met bronvermelding