

## Tasten en waarnemen

# Proprioceptie



### Activiteit: Bewegen in een wiebeltol

#### Opbouw van de activiteit

Er zijn wiebeltollen en -schalen in verschillende soorten en maten. Sommige zijn om op te zitten en in andere kun je gaan zitten of liggen.

#### 0-2

- Laat de wiebeltol eerst verkennen terwijl de cliënt ernaast zit.
- Ga na of de cliënt het aankan om erin te liggen en voorzichtig bewogen te worden zoals in een hangmat.

#### 2-4

- Laat de wiebeltol eerst verkennen terwijl de cliënt ernaast zit.
- Help de cliënt om erop/erin te komen, bijvoorbeeld door de tol stabiel te houden. Dit kan ook door tijdelijk kussens onder de zijkanten te leggen die je makkelijk weer weg kunt trekken.
- Houd de cliënt vast tot hij zich veilig genoeg voelt om zelf te bewegen.
- Draai, als de cliënt dit aankan, de wiebeltol of laat deze heen en weer wiebelen.

#### 4-6

- Zie de opbouw bij de leeftijdscategorie van 2-4.

### Observatie- en aandachtspunten

- Ga na wat de cliënt prettig vindt. Is hij bijvoorbeeld angstig of ontspant hij gaandeweg?
- Observeer het gedrag na de activiteit. Wordt de cliënt er rustig van of juist druk?
- Zorg voor veiligheid rondom de tol en let op dat er geen vingers bekneld raken.
- Observeer of de cliënt voorkeur heeft voor bepaalde bewegingsrichtingen. Wil hij liever ronddraaien of juist van links naar rechts of van voren naar achteren wiebelen? Wil hij snel of langzaam?

### Alternatieve materialen

- Schommelbak.
- Schommel.
- Wipkip.
- Bij een grote wiebeltol kun je een rolstoelafhankelijke cliënt uit de rolstoel tillen en met kussens in de tol laten liggen.

### Ook te gebruiken bij de categorieën

- Lichaamsbewustzijn (LB)