



Stamlijn

Masseren

Materialen en voorbereiding

- Zorg voor een prettige ondergrond om de leerlingen op te leggen.
- Zorg voor geurige olie.

Activiteit

Kies per keer een lichaamsdeel uit: armen, handen, benen of voeten. Doe een beetje (massage)olie op uw hand. Wrijf er zachtjes mee over het lichaamsdeel van een leerling. Maak zachte en wat hardere bewegingen. Bekijk steeds de reactie van de leerling. Wanneer u een tijdje een leerling heeft gemasseerd, laat u hem even rusten en masseert u een andere leerling. Bekijk of de leerling meer ontspant of juist meer gespannen wordt. Wissel zo tussen leerlingen en kijk hoe de leerling reageert wanneer u hem opnieuw aanraakt. Behandel per keer een ander lichaamsdeel.

Aandachtspunten

- Houd met de olie rekening met eventuele huidallergieën van de leerling. Voer de activiteit anders uit zonder olie.
- Deze activiteit kunt u ook uitvoeren tijdens een verzorgingsmoment.

A	<p>Merkt zintuiglijke stimulatie op (aanraking, vibratie, smaken, muziek, licht)</p> <p>Gebruik sterk geurende olie. Houd het flesje bij de neus van de leerlingen en kijk of u een reactie opmerkt. Varieer in de wijze waarop u de leerling aanraakt (hard of zachter, schudden met de hand of voet). Waar reageert de leerling op?</p> <p>Accepteert lichamelijke aanraking en beweging</p> <p>Bekijk goed welke aanrakingen de leerling fijn en minder fijn vindt. Begin met een lichaamsdeel dat en bewegingen die de leerling prettig vindt, breid dit langzaam uit.</p> <p>Laat zich kalmeren door lichamelijk contact</p> <p>Wanneer u een aanraking heeft ontdekt waar de leerling rustig van wordt, past u deze toe bij onrust bij de leerling. Kijk of de leerling ervan ontspant.</p> <p>Reageert op nauw contact met een bekende volwassene</p> <p>Maak tijdens het masseren contact met de leerling door de aanraking en eventueel door een vertrouwd liedje te zingen of door met uw hoofd in zijn blikveld te zijn. Registreer zo op welke manieren de leerling contact met u maakt.</p>
B	<p>Reageert op verschillen in temperatuur op de huid (water, aanraking)</p> <p>Verwarm een beetje olie door het in uw handen te houden. Masseer met wat warme olie. Masseer daarna met wat koele olie en bekijk of er verschil in reactie is.</p> <p>Pakt met zijn handen zijn voeten</p> <p>Masseer de voeten van de leerling. Houd ze hierbij in zijn blikveld. Stimuleer zo om zelf de voeten te pakken. Breng eventueel de handen van de leerling richting zijn voeten.</p>