



TIJDSCHRIFT VOOR PSYCHOMOTORISCHE KINDERtherapie EN EDUCATIE

Een uitgave van de Nederlandse Vereniging voor Psychomotorische Kindertherapie (NVPMT). Het tijdschrift verschijnt twee keer per jaar.

De Nederlandse Vereniging voor Psychomotorische Kindertherapie is een beroepsvereniging. Zij draagt zorg voor de professionalisering van het vak, de belangenbehartiging van haar leden en de kwaliteitsbewaking.

Secretariaat van de NVPMT:

Maaïke Mathot-Wieringa
Goudreinetstraat 179
2564 PR 's-Gravenhage
E-mail: secretariaat@nvpmkt.nl
Internetsite: www.nvpmkt.nl

Redactieleden:

Jacqueline Besseling,
Eveline van den Hengel,
Maarten van Ek.

Redactieadres:

Jacqueline Besseling
Prof. Evertslaan 130 B
2628 XZ Delft
Jacqueline.besseling@gmail.com

Overname van artikelen is uitsluitend toegestaan na schriftelijke toestemming van de redactie.

De kinderen op de foto's in dit tijdschrift zijn niet de kinderen waarover gesproken wordt in de teksten.

INHOUD 18E JAARGANG - NO. 2

Van de redactie	3
Bewegingszin en evenwichtszin <i>Susan van Kempen</i>	4
Column — Vakantie <i>Ilse van Woudenberg</i>	8
De kracht van het normale <i>Henk van der Poel</i>	9
Column — Helemaal normaal <i>Annemarie Kok—Pastoors</i>	16
Dessa: vragenlijst & casus <i>Wilma Brands & Anjolan Eisenga</i>	17
Het vlaggensysteem <i>Wilma Brands—Zandvliet</i>	24
Inspiratie... <i>Bianca Havermans</i>	26

VAN DE REDACTIE...

Beste lezer,

Het tweede digitale tijdschrift is een feit. Na het verschijnen van het eerste digitale nummer hebben wij verschillende reacties mogen ontvangen; een prachtig nummer, mooie artikelen, jammer dat het digitaal is, ik heb liever een papieren versie. Je leest het al: zoveel hoofden, zoveel zinnen.

Voel je vrij om het tijdschrift uit te printen, in zijn geheel of de pagina's die het meeste indruk maken.

In dit nummer weet Susan van Kempen ons weer te inspireren met een artikel over de lichaamsgerichte zintuigen. Ditmaal staan **bewegingszin en evenwichtszin** centraal.

In **de kracht van het normale** schrijft Henk van der Poel over 'Outdoor PMKT'. De vele enthousiast reacties van klanten en collega's waren voor hem aanleiding zijn werkwijze op papier te zetten en met ons te delen.

Bianca Havermans geeft ons een impressie van de cursus **Bewegen met je peuter** die bij Centrum Le Bon Départ wordt gegeven. Misschien ook iets voor jouw praktijk?

Onze vaste column schrijfsters Annemarie en Ilse delen ervaringen uit het leven met hun eigen kroost. Extreem gedrag of heel normaal?

Anjolan Eisenga en Wilma Brands-Zandvliet schrijven over hun ervaringen met zeer bruikbare tools voor in het werk als psychomotorisch kindertherapeut: de **Dessa vragenlijst** en het **Vlaggensysteem**. Dessa, een meetinstrument met betrekking tot sociaal- emotionele competenties.

En het vlaggensysteem dat onder andere een leidraad biedt bij het met kinderen en jongeren spreken over seksueel gedrag.

Wij wensen je veel plezier en inspiratie toe bij het lezen van dit tijdschrift en wij bedanken de schrijvers die dit mogelijk hebben gemaakt.

Jacqueline
Eveline
Maarten

BEWEGINGSZIN EN EVENWICHTSZIN



Susan van Kempen

Dit artikel is het derde in een reeks van vier. De artikelen zijn eerder verschenen in De Seizoener (2009 en 2010), blad voor vrije scholen.

HET HUIS WIL OOK EEN PLEK...

In het artikel “Je huis als lichaam om te wonen”, zijn de tastzin en de levenszin belicht.

Samen met de bewegingszin en de evenwichtszin vormen ze het eerste kwartet van de 12 zintuigen. We noemen ze de lichaamsgerichte zintuigen.

Van de tast- en de levenszin zou je kunnen zeggen dat ze de buiten- en de binnenkant zijn van onze zelfwaarneming en ons zelfbeleven. De huid als concrete buitenkant, de grens tussen onszelf en de ander, is het orgaan voor de tastzin. De levenszin zit eigenlijk overal aan de binnenkant en geeft ons het gevoel dat we “een-geheel” zijn, dat we lekker in ons vel zitten. Zo geeft dit zintuigpaar naar binnen en naar buiten, houvast voor de zelfwaarneming. Het andere paar, de bewegingszin en de evenwichtszin, maken de relatie zichtbaar tot de omgeving.

Bewegingszin

Natuurlijk denk je bij bewegingszin aan bewegen. Bij een zintuig gaat het steeds om waarnemen. Met de bewegingszin nemen we onze eigen bewegingen waar. Het geeft ons de veranderingen door die optreden in de stand van het lichaam. Bij de pasgeboren baby is dit zintuig nog nauwelijks ontwikkeld. Al snel begint het kind te bewegen en later spelend te oefenen. De spierspanning, de beweging zelf, de spiervaarigheid, alles moet ontdekt, veroverd en geoefend worden. Het bijzondere van de werkzaamheid van zintuigen is, dat deze tot stand komt zonder tussenkomst van het verstand. Dus het jonge kind oefent, beweegt en speelt onbekommerd, om het bewegen, om het spelen zelf. Net zolang en zo vaak tot de bewegingen diep en onbewust in het lichaam zijn verzonken.

Nabootsing

De bewegingszin neemt dus de eigen bewegingen waar. Toch zeggen we dat het jonge kind vooral leert door de nabootsing. Dat zijn bewegingen, gewoontes van een ander. Hoe zit dat dan? Waarmee neemt het kind die bewegingen waar?

Er is een diepe samenhang tussen de bewegingszin en de nabootsing. Voor alle mensen geldt dat de bewegingen van een ander, in een lichte mate door ons spiersysteem meebewogen worden. Die veranderingen neemt de bewegingszin waar. En dat geeft de impuls tot nabootsing. Niet bij alle kinderen zien we dat de impuls tot nabootsen vanzelfsprekend tot stand komt. Bijvoorbeeld autistische kinderen lijken die impuls niet te volgen of te beleven en komen niet tot nabootsen.

Ons strottenhoofd werkt volgens ditzelfde principe. Wanneer een ander mens spreekt, beweegt ons strottenhoofd in een lichte mate mee. Dat kun je ervaren als een spreker veel kucht of met een hese stem praat. Vanzelf ga je ook kuchen of je keel schrapen. Zo vormt het strottenhoofd al voordat het kind spreekt de basisvormen voor de spraak. Voor het jonge kind is het dus van groot belang, dat de directe omgeving de moeite van het nabootsen waard is.

Bewegingszin en evenwichtszin

Lopen, spreken, denken

De meeste kinderen leren in deze volgorde drie belangrijke stappen in hun ontwikkeling.

Deze drie vermogens hangen samen met de bewegingszin. Uit het bovenstaande stukje krijg je al een gevoel voor de samenhang tussen lopen (bewegen) en spreken. De stap naar denken komt tot stand door de ervaringen die het kind opdoet: het ervaart hoe dichtbij of veraf iets is, krijgt gevoel voor verhoudingen, ervaart de consequenties van de zwaartekracht. Kortom: grijpen, doen wordt "be-grijpen". Een oud chinees spreekwoord zegt:

Als ik hoor, dan vergeet ik

Als ik zie, dan onthoud ik

Als ik doe, dan begrijp ik.

Een goed ontwikkeld zintuig wordt een vermogen voor de ziel. Kijk maar naar de kunstenaar: een pianist moet langdurig oefenen en zijn muziekstuk letterlijk in de vingers krijgen. Zodra die vaardigheid verankerd is in het lichaam, wordt dit een poort naar een nieuw vermogen: de vertolking of de verbeelding. Deze stijgt uit boven de vaardigheid. Bijzonder is dat degene die luistert nu hierdoor in de ziel bewogen kan worden. Wat bij de kunstenaar nadrukkelijk zichtbaar of hoorbaar wordt, gebeurt ook bij ons, bij het kind. Een vaardigheid die opgenomen is in het lichaamsplan, verankerd is in het lichaam en gewoonte wordt een poort naar de beeldkrachten. Die werken in het denken, in de fantasie, in het uitdrukken van jezelf.

Bewegingszin en vrijheid

Een beweging ontstaat omdat we iets willen. We willen iets pakken, iets doen, ergens naar toe. Je zou kunnen zeggen dat een beweging dus eigenlijk begint bij het eindpunt.

Op weg naar dat eindpunt, oefenen we vanzelfsprekend of met vallen en opstaan. Het vermogen dat hierdoor ontstaat, geeft ons een gevoel van vrijheid, niet langer zijn we gebonden aan de beperking, aan wat we eerst niet konden. Het heffen van de handen, het vrij kunnen roteren van het bovenlijf, het overwinnen van de zwaartekracht, zijn primaire ervaringen van vrijheid. Is het niet bijzonder dat we onze eigen zwaarte optillen zonder dat als zwaar te beleven!

Nog sterker kunnen we vrijheid beleven in ons denken. Toen mijn invalide moeder nog leefde, vertelde ze me eens: "Als ik pijn heb, of het zwaar heb, dan ga ik in gedachten op reis. Zo vergeet ik even hoe het hier is en geniet ik van zon en van een andere cultuur". Door dit vermogen van de bewegingszin, van de beeldkracht ontstaat een beleven van vrijheid, zelfs in een situatie van fysieke gebondenheid.

Wanneer de bewegingszin zich niet goed kan ontwikkelen, kan een gevoel van gebondenheid ontstaan. Je voelt je aan je lijf gebonden en vastzitten in een beweging die nog niet van jou is. In de ziel kan dat gevoel van gebondenheid leiden tot depressiviteit.

De evenwichtszin

Dit zintuig bepaalt op grond van een innerlijke waarneming onze positie ten opzichte van de ruimte. We nemen onszelf waar in een statische toestand, in rust. Rudolf Steiner* zegt hierover: de evenwichtszin is innerlijke rust, het is zichzelf beleven als geest.

In deze rust wordt heel sterk onze oprichtingskracht zichtbaar.

De evenwichtszin heeft drie aanknopingspunten in het lichaam: de

Bewegingszin en evenwichtszin

evenwichtsorganen in het oor, de zonnevlecht en de knieën. De laatste twee punten zijn niet zo bekend, maar wel onmiddellijk herkenbaar als je denkt aan de waggelende gang van de dronkaard. Het lukt niet meer om met de knieën de zwaartekracht te overwinnen. Het ik is daar niet toe in staat. De zonnevlecht komt in beeld bij bijvoorbeeld hoogtevrees, of zeeziekte: een gevoel van misselijkheid overvalt je op het moment dat je je niet meer op een goede manier op de omgeving kunt oriënteren.

Van boven naar beneden

Het kleine kind overwint de zwaartekracht van boven naar beneden: het wiebelende hoofdje van de pasgeborene “staat” na enkele weken. Zodra het kind het hoofd zelf overeind kan houden, ontstaat een andere verhouding tot de omgeving! Daarna leert het kind om het bovenlijf zelf rechtop te houden, het kind gaat zitten. Nu kan het de handen vrijer bewegen, spelen. Weer een nieuwe verhouding tot de omgeving. De volgende stap is dat het kind kan gaan staan: vanuit de liggende afhankelijkheid heeft het kind zich opgericht en komt op zijn eigen benen te staan.

Dankzij de evenwichtszin kunnen wij ons oprichten en op de omgeving oriënteren. Het is onze persoonlijkheid, onze individualiteit die met dit proces te maken heeft. De wezenlijke beleving van het evenwicht is dat we rechtop kunnen blijven ook als er een verandering optreedt in een van de ruimterichtingen (boven/ onder, voor/achter, links/rechts). We kunnen in de bergen wandelen, in de botsautootjes zitten of een probleem oplossen, wij beleven onszelf – weliswaar onbewust- steeds verticaal. Dat komt omdat alle veranderingen in het evenwicht als het ware meteen bij het ontstaan door het evenwichtsorgaan worden glad gestreken, vereffend.

Maar verlies je per ongeluk je evenwicht, bijvoorbeeld doordat je struikelt, dan kan dat voor je lijf en voor je zelfgevoel een pijnlijke ervaring zijn. Het jonge kind moet zich dit evenwicht eerst veroveren en leert letterlijk met vallen en opstaan. Op die manier krijgt hij zijn eigen verhouding tot de omgeving.

Uniek zijn

Wanneer Steiner* spreekt over zichzelf beleven als geest, spreekt hij over het meest individuele van de mens. Daarmee is de evenwichtszin dus verwant. Hierdoor kunnen we ons IK in de drie ruimterichtingen gewaarworden. Hierin drukt zich ons eigen unieke menszijn uit. (Hieruit volgt dat een mens evenveel evenwichtshoudingen aan kan nemen, als er individualiteiten zijn!)

Wanneer de evenwichtszin zich niet goed kan ontwikkelen ontstaat er in de ziel een drang tot vernietigen, tot zelfvernietiging.

Voor het jonge kind is het van levensbelang dat het tijd en ruimte krijgt om te groeien en te rijpen. Het forceren of te vroeg uitlokken van ontwikkelingen kan de bewegingszin overvragen. En een overvraagde bewegingszin leidt tot een verzwakking van het beeldende vermogen! Voor het jonge kind is ritme van levensbelang. Dat ondersteunt al zijn leer- en levensprocessen. Levenszin, bewegingszin en evenwichtszin gaan hier samen: de afwisseling tussen beweging en rust, tussen volhouden en uitrusten en je daardoor lekker in je vel voelen. Dat kan door een herkenbaar dagritme, door terugkerende en herkenbare han-

Bewegingszin en evenwichtszin

delingen. Voor de nabootsing is het heerlijk als het kind mee kan doen met de huishoudelijke karweitjes. Daar zitten niet alleen alle basisbewegingen in, maar geven het kind ook een gevoel van voldoening! Voor de evenwichtszin is het belangrijk om de onbevangenheid van het kind niet te storen. Het is goed om bij het jonge kind je bewust te zijn van gevaarlijke situaties, maar probeer om het niet voortdurend te vermanen. Dat remt, maakt het kind onzeker. Volg je je kind vol vertrouwen, dan voelt het zich zeker en zal het leren om met weerstanden om te gaan.

Alle vier op een rij

In de tastzin leert het kind ervaren: de wereld is waar, in de levenszin: de wereld is goed en in de bewegingszin: de wereld is mooi. En de evenwichtszin? Daar komen deze drie samen: de wereld is waar, goed en mooi. Dat is de wereld waarin ik wil zijn. Als dat er zo staat, realiseer ik me dat het voor ouders een klus is om het jonge kind in deze werkelijkheid te laten leven, want onze wereld is niet vanzelfsprekend waar, goed en mooi. Het vraagt een inspanning van ons om dat voor de kinderen zichtbaar te maken!

* Rudolf Steiner (1861-1925) was een Oostenrijks esotericus, schrijver, architect, filosoof en had een geheel eigen zienswijze op pedagogie.

COLUMN



Ilse van Woudenberg

VAKANTIE

Over het algemeen komen woorden van ontspanning, rust, genieten, best in zo'n vakantierijtje voor. Tijd voor elkaar. Tijd dus ook om extra aandacht aan de kinderen te besteden. Quality-time met een goed Nederlands woord...

Maar is het quality of neemt het staatje kwantiteit alleen maar toe? De scènes van andere vakanties nog vers in het geheugen lijkt het meer op l'histoire se répète...om in de taal van het vakantieland te spreken. Heibel. Gedoe. Extreem gedrag. Is het haar ontlading van een jaar lang school, of zit het echt in haar, in haarzelf? En is vakantie non-stop opvoeden, corrigeren, laveren tussen ieders emoties. Ik geef mezelf de opdracht coulant te zijn, het is tenslotte ook mijn vakantie...maar het lukt nauwelijks. Er zijn toch ook grenzen zeker? Dan ga ik haar extra observeren. Wat doet ze, hoe handelt ze, hoe reageert ze op situaties? Dat laatste is geen grote verrassing meer: als het ietsjes anders verloopt dan gepland dan is ze in alle staten, gilt, schreeuwt en heeft een meer dan brutale mond. Maar is dat niet juist het fijne aan vakantie...dat je niet weet hoe de dag verloopt, we zien wel. Voor mijn meisje moeilijk te begrijpen. Dan motorisch. Het meest zichtbare deel en voor haarzelf het meest tastbare. Duiken in het zwembad: te moeilijk. Tafeltennis: (te) moeilijk. De rest springt in het water klimt er weer uit springt er weer in en dat gaat maar door. Frustrerend lijkt me. Ze zegt het niet en benoemt het niet. Zouden daar haar explosies vandaan komen?

We blijven corrigeren. Want ze gaat te ver in haar gedrag. Zelfs zo (en geloof me, dan ga je ver...zij en wij) dat ze een dag lang alleen water en brood mag. Ik brak (het).

Henk van der Poel is vorig jaar afgestudeerd aan de opleiding PMKT Le Bon Depart. Henk heeft een eigen praktijk (Offtrack) en werkt bij een instelling voor kinder- en jeugdpsychiatrie (PKJP in Rhoon).



DE KRACHT VAN HET NORMALE

“Outdoor” met PMKT

Sommige mensen dromen ervan en voor mij is het werkelijkheid; het werk doen waar je passie ligt. Mijn liefde voor outdoor sport en het werken in de hulpverlening vormen een gecombineerde passie.

De vele enthousiaste reacties van klanten en van collega's over mijn manier van werken waren voor mij aanleiding mijn werkwijze op papier te zetten voor dit tijdschrift. Buitenspelen, de natuur, het 'normale' leven en uitdagende activiteiten zijn vaste ingrediënten in mijn werk als psychomotorisch kindertherapeut. Mijn eigen ervaringen met "outdoor" sport, maakt het voor mij bij uitstek een middel om therapeutisch in te zetten. Het sluit goed aan bij kinderen, jongeren en gezinnen waar ik mee werk. In eerste instantie vinden ze het wat bijzonder, maar over het algemeen willen ze graag aan de slag. Het is spannend en uitdagend en dat maakt het starten van een behandeling vaak 'gemakkelijker', omdat het probleem niet op de voorgrond ligt terwijl daar wel aan wordt gewerkt.

De positieve elementen van outdoor activiteiten en buitenspelen

1. Normale omgeving

De kracht van de normale omgeving. Door buiten te werken wordt over het algemeen het probleem ook genormaliseerd. Je bent niet bijzonder met je probleem, maar we gaan eraan werken dat je er op een andere manier mee om kunt gaan. Verschillende kinderen met ieder hun eigen problematiek vragen om een andere omgeving. Iemand die prikkelgevoelig is vraagt om een prikkelarme omgeving met weinig/ geen andere mensen. Bijvoorbeeld een pleintje in plaats van een grasveld. Iemand die het aan kan, kan juist goed werken aan een klimwand met andere mensen om hem heen. Door te werken in een omgeving waar iedereen kan komen ben je niet speciaal.

2. Sensomotoriek

Het buiten zijn doet een beroep op je zintuigen en je sensorische waarneming: temperatuur, regen, wind, zon. Zowel zintuiglijk als tactiel doet het buiten zijn iets met je lichaamsbesef en het bewustzijn van jezelf in de ruimte. Onbewust en bewust worden de zintuigen geprikkeld wat ervoor zorgt dat je meer in het hier en nu kunt komen. Dat je contact kunt maken met wat er nu is. Je gaat onbewust aan de slag met het reguleren van deze prikkels. De rol van de therapeut is om een keuze te maken in aan hoeveel prikkels je de klant wil en kan blootstellen.

3. Aansprekende activiteiten

Aansprekende activiteiten zorgen ervoor dat de klant vanuit zichzelf al meer gemotiveerd is om naar de therapie te komen. Kinderen en jongeren die naar therapie komen hebben de ervaring dat ze dingen niet kunnen, dat ze tekort schieten. Vanuit deze ervaring hebben zij vaak een behoefte om juist iets te doen wat anderen niet kunnen. Outdoor activiteiten spreken veelal tot de verbeelding. Door deze activiteiten zo aan te bieden dat de klant er succes in behaalt én dat er gelijktijdig gewerkt kan worden aan persoonlijke doelen, maakt dat de succeservaring dubbel werkt. De klant heeft de ervaring dat hij zowel fysiek als mentaal iets wel kan.

De kracht van het normale

4. Systeemgericht

Tijdens de verschillende outdoor activiteiten is het element 'samenwerken' gemakkelijk in te zetten door de ruimte die je hebt, de materialen en de oefeningen. Dit maakt dat het systeem (gezin, vriendjes of vriendinnetjes) van het kind of de jongere goed betrokken kan worden. Het systeem ondergaat dezelfde ervaringen wat ervoor zorgt dat er een ander contact kan ontstaan tussen de klant en zijn systeem. Het systeem kan als het ware meegroeien in de ontwikkeling van de klant.

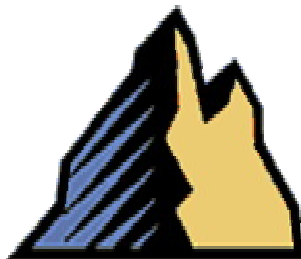
5. De kracht van de activiteiten

Elke omgeving en elke activiteit doet een beroep op een ander aspect van de klant. Soms op het gebied van verdragen van spanning en teleurstelling. Een andere keer op het gebied van omgaan met de elementen en weer een andere keer in het omgaan met verwachtingen van jezelf of de ander. In principe kan je de klant zelf elke activiteit laten kiezen om te werken aan zijn therapiedoelen. Toch heeft elke activiteit ook zijn eigen specifieke kenmerken.

Hieronder een paar activiteiten die je kan inzetten:

survivalbaan
kanoën
zeilen
vliegeren
klimmen
stand up paddle
mountainbiken

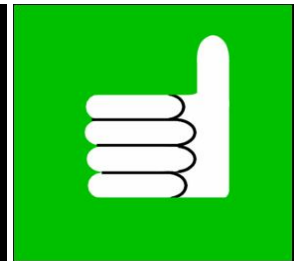
Hier ben Ik



lachen / avontuur



Leren



KLIMSPORT ALS “MIDDEL” IN HET PMKT WERKVELD

De klimtherapie

Bij het schrijven van de klimtherapie was mijn uitgangspunt dat het leuk moest zijn voor de persoon die hem volgde. Hij moest vooral gericht zijn op plezier en positieve ervaringen. Het werken met de klimwand is gericht op ervaren, voelen en inzicht (organisme). De therapie wordt ondersteund door een boekje met onderwerpen die aan de orde komen en is bedoeld om de sessie vanuit rust, even zitten en het verhaal lezen, te beginnen. Een voorspelbare structuur in de therapie. We beginnen met een onderwerp in verhaal vorm en wat vragen en we ronden de sessie af met een evaluatie van de sessie door op te schrijven wat je geleerd of beleefd hebt. Alles wat wordt opgeschreven is goed. Naast dat de training gericht zou zijn op positieve ervaringen, wilde ik ook dat het systeem (milieu) van de persoon die de training

De kracht van het normale

volgt erbij betrokken werd. Een systeem moet immers meegroeien met de persoon die de training volgt, omdat dit een positieve invloed heeft op het bestendigen van deze groei. Een belangrijk aspect is dat de interactie (gedrag) met de omgeving daardoor ook verandert, omdat de omgeving de persoon ook op een andere manier kan ervaren.

Onderwerpen van de klimtraining

- | | |
|---------------------|---------------------------------|
| 1 Blij met je zelf | 2 Zelfvertrouwen |
| 3 Ouders | 4 Blij met je lijf |
| 5 Broers en zussen | 6 Hoe kijk ik tegen mijzelf aan |
| 7 Vriendschap | 8 Erbij horen |
| 9 Lachen en plezier | 10 Tradities |

Onderzoek naar therapeutisch klimmen

Naar de effecten van therapeutisch klimmen zijn een aantal onderzoeken gedaan. Riedlsperger, Unterweger & Schobersberger deden in 2010 een onderzoek naar therapeutisch klimmen in Oostenrijk. Zij onderzochten meerdere methodes en theorieën met betrekking tot therapeutisch klimmen in opdracht van het Instituut voor Therapeutisch Klimmen in Oostenrijk. Therapeutisch klimmen wordt op vier hoofdgebieden ingezet:

fysiotherapie, ergotherapie, psychotherapie of pedagogie en neurologie.

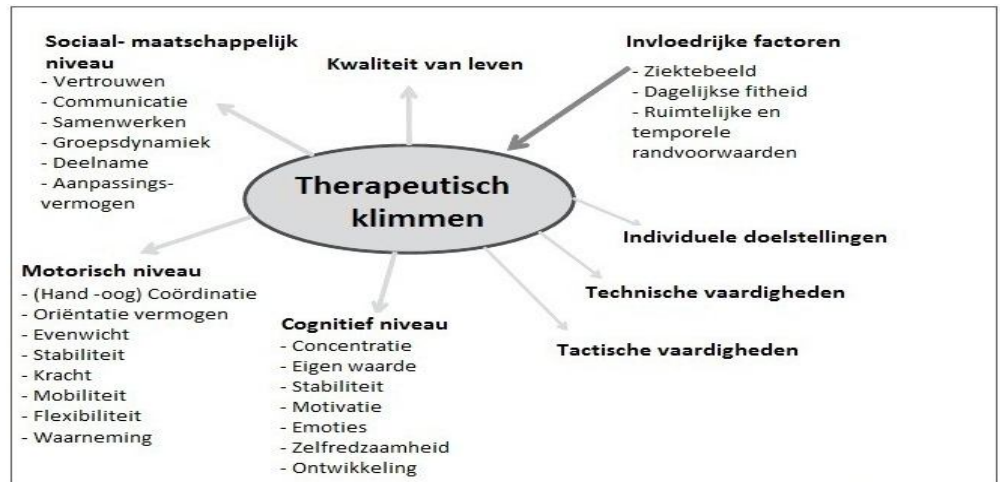
In de **fysiotherapie** kan therapeutisch klimmen op tal van wijzen worden ingezet, zowel als preventie als in de revalidatie van patiënten. Kracht en coördinatie kunnen worden getraind evenals flexibiliteit en uithoudingsvermogen. In de **ergotherapie** ligt de focus van therapeutisch klimmen vooral op het gebied van evenwicht en oog-hand coördinatie, de samenwerking van de verschillende delen van het lichaam is hierbij erg belangrijk.

In de **psychotherapie** en **pedagogiek** wordt therapeutisch klimmen gebruikt om grenzen te verleggen, zelfvertrouwen op te bouwen en risico's durven nemen. Bij deze vorm van therapeutisch klimmen gaat het erom dat er hoog geklommen wordt, bij de andere vormen is dat niet het geval. In de **neurologie** worden motorische, zintuiglijke, cognitieve en sensorisch -specifieke tekorten behandeld middels therapeutisch klimmen. Er zijn weinig bewijzen dat therapeutisch klimmen meer effect heeft dan gewoon klimmen, maar uit ervaringen van professionals blijkt dat het een goede manier is om mee te werken. Beuchter & Fichtelpeter (2011) hebben een systematische review gemaakt van gerandomiseerde onderzoeken naar de effecten van therapeutisch klimmen en klimmen als sport. Beuchter en Fichtelpeter stellen in hun onderzoek dat het gerandomiseerde onderzoek van zowel Engbert als Fleissner niet bewijst dat therapeutisch klimmen daadwerkelijk helpt, zij vinden dat de onderzoekspopulatie te klein was om dat te kunnen onderbouwen.

Theoretische onderbouwing

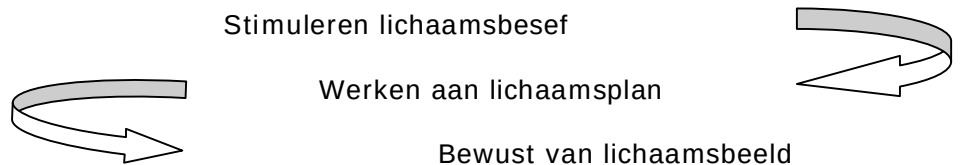
Klimmen als middel in het werk als psychomotorisch kindtherapeut biedt vele mogelijkheden. Op allerlei vlakken kan het ingezet worden. Kijken naar hoe iemand klimt geeft al veel informatie over de persoon zelf op cognitief, sociaal, emotioneel en motorisch vlak.

De kracht van het normale



De start van de klimtraining richt zich vooral op het lichaamsbesef. Het bewust worden van wat je voelt. Dit in interactie met de klimwand. Vanuit sensorisch oogpunt gekeken worden de volgende zintuigen geprikkeld en deze zintuigen zullen zich dan ook verder ontwikkelen:

- **Visueel:** bonte klimgrepen, routes.
- **Tactiel:** stappen op de treden en grijpen van verschillend gevormde grepen.
- **Vestibulair:** evenwichtsreacties ter stabilisatie.
- **Akoestisch:** luisteren naar de aanwijzingen van de therapeut.
- **Proprioceptief:** spierspoelen, golgi peessensoren en gewrichtssensoren nemen positie van het lichaam waar.



Door te vragen naar de fysieke ervaringen wordt hiermee ook de koppeling naar het cognitieve bewustzijn gemaakt. De volgende stap is dat er gekeken wordt naar de beweging van het klimmen. Door specifieke interventies te doen; b.v. een route te laten kiezen, een doel te laten stellen, geblinddoekt te laten klimmen, wordt de beweging beïnvloed waardoor er een lichaamsplan ontstaat met daaraan gekoppeld een succeservaring. Iemand gaat ervaren en krijgt inzicht dat je met ander gedrag een ander resultaat behaalt.

In deze fase wordt gewerkt met bewust worden van de ademhaling en het effect van ademhaling tijdens het omgaan met spanning. Hierbij kan ook het cognitieve bewustzijn van positieve en negatieve gedachten in het omgaan met spanning ingebracht worden. Dit is een fase waarin de PMKT ook een trainingsonderdeel heeft, omdat er bewust geleerd wordt om gedrag in te zetten om het resultaat te beïnvloeden.

Klimmen, de activiteit

Klimmen is een unieke ervaring. Omhoog klimmen, het overwinnen van hoogte, de zwaartekracht trotseren, het voor jezelf zorgen en vertrouwen op de ander, het loslaten en zweven tussen hemel en aarde is een enorme uitdaging. Het is een totaalconcept.

De 'stoere, normale' activiteit die in veel gevallen in een reguliere klimhal kan plaatsvinden, spreekt de doelgroep erg aan. Tijdens de klimactiviteit is de klimmer via een gordel, met een touw via een acht-

De kracht van het normale

knoop en een grigri verbonden aan de zekeraar. Tijdens het klimmen zelf komen onbewust belangrijke thema's aan bod zoals: zekerheid, veiligheid, verbondenheid en afhankelijkheid.



De therapiedoelen

De manier waarop iemand klimt zegt iets over zijn innerlijke wereld. Hoe gaat iemand met problemen om? Lost hij ze op of stopt hij bij een probleem. Gaat hij voor de top of overkomt de hoogte hem zoals zo veel dingen hem of haar overkomen? Het belang van doelen durven stellen, je prestatie in de context plaatsen.

Omdat de doelen waaraan gewerkt kan worden eindeloos en divers zijn maak ik een koppeling tussen de items van de Psy-Mot en de klimtraining.

Aanvaarden van eigen lichaam

Het gaat dan om lichaamsbesef, om contact met- en goed interpreteren van- eigen gevoelens en lichaamssignalen. Als klimmer worden je zintuigen actief geprikkeld. Door de inspanning verandert er van alles op fysiek vlak. Door deze gewaarwordingen actief te bevragen wordt het lichaamsbewustzijn gestimuleerd.

Ontwikkelen van plezier in bewegen

Het gaat hierbij om motiveren tot deelname en het verminderen van angstgevoelens. Tijdens het klimmen komen alle emoties op verschillende manieren aan bod. Bijvoorbeeld de angst voor hoogte of het onbekende, boosheid als je mis grijpt en valt, blij zijn als je de top haalt en verdriet als dit niet lukt.

Ontwikkelen van een realistische competentiebeleving

Dit betreft het ontdekken van eigen motorische mogelijkheden. Overschatting maar zeker ook onderschatting van eigen mogelijkheden zijn items die tijdens het klimmen spelen. Het leren stellen van haalbare doelen of het überhaupt stellen daarvan zijn interventies die gedaan kunnen worden om dit item te ontwikkelen.

Het verminderen van motorische achterstand

Tijdens het klimmen wordt er gewerkt aan grof motorische vaardigheden zoals evenwicht, kracht zetten om je vast te houden maar ook het bewegen binnen de kleur van een route doormiddel van kruispassen en stevig staan.

Verbeteren van zelfcontrole

Hier gaat het over grip krijgen op impulsiviteit. Planning en omgaan met spanning en emoties zijn onderdelen die aan bod komen op de klimwand. Beginnen vanuit fysieke rust, vanuit stevig staan, buikademhaling en aandacht bij wat je voelt maakt dat de kans op succes groter. Maar ook het omgaan met angst op de klimwand, buikademhaling, helpende gedachten, afleiding en hulp vragen inzetten, maakt dat de angst beter te verdragen wordt.

De kracht van het normale

Stimuleren van zelfvertrouwen en expressiviteit

Om te kunnen klimmen moet je voor jezelf op kunnen komen, Je moet je grenzen kunnen herkennen en ze ook aan durven geven.

Ontwikkeling van samenspel en interactieve vaardigheden

Dit gaat over stimuleren van sociaal gedrag.

Klimmen is een gezamenlijke activiteit. Vertrouwen in elkaar en samenwerken zijn belangrijke items. Tijdens het klimmen is er voortdurend communicatie nodig. Zowel verbaal maar zeker ook non-verbaal. Overleg of je mag beginnen met klimmen, hulp vragen en aangeven dat je niet verder wilt of wilt rusten. Het klimmen doet daar allemaal een beroep op.

Belang van het systeem

Het gezin is een belangrijke factor in de behandeling. In het gezin is er in de loop van tijd een beeld ontstaan van de klant. Iedereen heeft een bepaalde rol in het gezin. De klant is in veel gevallen iemand waar vanuit zorg naar wordt gekeken. Doordat iemand deze rol toebedeeld heeft gekregen houdt de verwachting van de omgeving deze rol ook vaak in stand. Het is van belang dat een gezin betrokken wordt bij de behandeling, dat zij zich gesteund voelen en dat er acceptatie voor het probleem komt. Dit is een basis waar vanuit de klant erkenning kan krijgen voor wie hij is en wat hij doet. Deze erkenning moet er zijn voor zowel de klant als voor het gezin van de klant. Als de klant zich gaat ontwikkelen in de therapie en het gezin daarbij betrokken is, krijgt het gezin een andere kijk op de klant.

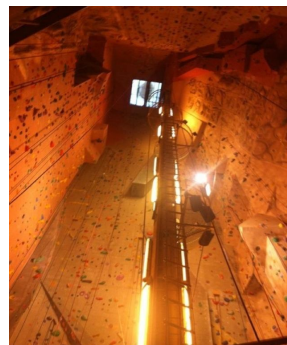
Vanuit die andere kijk zal de klant ook anders benaderd worden. Dit zal de groei van de klant ondersteunen en de ontwikkeling versterken.

Fysieke omgeving van de therapie

Privé Klimhal



Openbare klimhal.



De keuze van de locatie waar geklimmen wordt is van groot belang. Zo kan er gekozen worden voor een therapieruimte waarbij de klant in een 1 op 1 contact de therapie volgt. Er kan ook gekozen worden om in een reguliere klimhal de sessie uit te voeren. De klant staat bij deze keuze centraal.

Wat heeft de klant nodig, en soms ook, wat kan een klant aan. Kinderen en jongeren die snel afgeleid of erg prikkelgevoelig zijn, hebben vaak meer baat bij een klimwand waarbij 1 op 1 gewerkt kan worden. Soms alleen om vertrouwd te raken met de klimwand. Na de fase van lichaamsbesef kan dan over gegaan worden naar een reguliere klim-

De kracht van het normale

wand. Dit om het beeld te versterken dat je niet bijzonder bent maar met handvatten prima mee kan in de reguliere maatschappij. Dit beeld is belangrijk voor zowel de klant als voor het systeem van de klant.

De Monte Cervino

De beklimming op zich was al een avontuur. Sjors had in die periode veel ruzie met zijn broer. Deze was drie jaar ouder en had al wat klimervaring. Met zijn drieën hebben we op een zonnige dag de touwen in gebonden en zijn we naar de top geklommen om daar even van het uitzicht te genieten. Doordat Sjors gezekeerd werd door zijn broer en andersom moesten ze wel samen werken en dat ging onder deze omstandigheden meer dan prima. Naar beneden was een ander verhaal. Om op 38 meter hoogte over de rand te stappen om weer terug te gaan was toch wel erg spannend. Sjors zag dit echt niet zitten maar hij had geen keus. We moesten een keer naar beneden. Afwisselend met zijn broer probeerde ik Sjors te motiveren en te steunen om toch de stap over het randje te maken. Het duurde een uurtje maar tenslotte zijn we goed beneden gekomen. Nu waren daarna natuurlijk niet alle problemen tussen hen mee opgelost maar de gezamenlijke ervaring maakte wel dat ze meer respect hadden voor elkaar.



Omdat Sjors (diagnose asperger) bij mij in het dorp woont kom ik hem nog regelmatig tegen. Groeten doen we altijd en soms hebben we een gesprekje over hoe het gaat. Twee dingen komen dan steevast naar boven. Één daarvan is het beklimmen van de buitenkant van de Monte Cervino samen met zijn broer.

COLUMN



Annemarie Kok—Pastoors

HELEMAAL NORMAAL

Inmiddels heb ik een derde zoon. Hij is alweer bijna 1 jaar. Ook met hem moet ik regelmatig op examen bij het consternatiebureau. Bij mijn eerste zoon vroeg ik me, bij elke beweging en kreet, af of het wel normaal was. “Jeetje, dit is toch niet normaal, hij schreeuwt heel hard, hij kijkt me niet aan, hij wil niet eten, hij luistert niet... is dat normaal?” Maar inmiddels word ik het gelukkigst van de volgende gedachte: bijna alles wat ik als ouder *echt niet normaal* vind, is meestal gewoon hartstikke normaal! En dat werd een stille mantra.

Mijn derde test me in deze mantra behoorlijk uit. Van elke dag dat hij er nu is, zou ik een boek kunnen schrijven. Een thriller, een detective, een roman, maakt niet uit. Maar er is één ding dat mijn moedergevoel heel duidelijk aangeeft: “maar hij is gelukkig helemaal normaal!”.

Zoon de Derde zit op mijn schoot, maar niet voor lang. Een blik van de verpleegkundige en hij is weg. Autootjes, blokjes, een plastic telefoon... Met veel kracht heeft hij zich van mijn schoot geworpen en is op het speelgoed afgestevend. “Er zit wel een karaktertje in hè”, zegt de verpleegkundige. “Zou je hem toch even op je schoot willen houden?” Ik pak hem weg bij het speelgoed en neem de plastic telefoon mee. Hij overstrekt zich en weet mij zo ver te krijgen dat ik terugloop en hem een speelgoedje laat kiezen. Er overheerst een stem in mijn hoofd die zegt dat kinderen op die leeftijd helemaal geen keuzes kunnen maken. Daar overheen een stem die zich af vraagt of ik wel een duidelijk grens trek bij mijn pittige zoon. Hij pakt het plastic vliegtuig en dat is goed. Op mijn schoot slaat hij er mee op de tafel. De telefoon gooit ie op de grond. Met zijn hoofd schudt hij heftig heen en weer, heel lang, links-rechts-links-rechts-links-rechts enzovoort. Ik voel de wind en de zachtheid van zijn dunne sliertige babyhaartjes langs mijn gezicht. De geur is verrukkelijk. Wat een heerlijk kind! Hij werkt perfect mee.

“Is hij altijd zo onrustig?” vraagt de verpleegkundige. “Nee eigenlijk nooit, alleen nu hier bij jou” wil ik het liefst zeggen en dat we dan mogen gaan. Maar ik zeg: “ja, hij heeft veel energie en is erg actief”. En zij typt, met een enigszins verontrustende blik, iets in de computer. “En dat heen en weer bewegen van zijn hoofd, doet ie dat vaker?”

“Dagelijks” zeg ik. “Dat doet ie als ie enthousiast is, als ie lekker eten voor zijn neus ziet, of een plastic vliegtuig dat ie thuis niet heeft. En volgens mij vindt hij het heerlijk om zijn haren te voelen vliegen, maar dat weet ik niet zeker.”

Ze trekt haar wenkbrauwen vragend op, ze buigt licht naar voren, een “mmm” en een “tja...”, ze vindt het duidelijk niet normaal zie ik. En ze typt ook nog iets extra's in de computer. Of ik verder geen vragen heb over ‘dat hoofdschudden’ (dat vindt ze blijkbaar ook niet normaal, dat ik geen vragen heb).

De arts komt binnen. Ik weet niet wát er gebeurt, maar mijn zoon zit ineens als een brave pop tegen me aan, heel ontspannen. Hij lacht naar de arts, die even in zijn oren kijkt, en ook nog even naar zijn longen luistert, en ook nog even in zijn mond tuurt. En al die tijd blijft ie rustig op mijn schoot en voert elke kleine opdracht uit die hem gevraagd wordt. “Wat een rustig en voorbeeldig kindje” zegt de arts. “Ja” zeg ik, “het is een heerlijk kind!”

DE DESSA VRAGENLIJST

over sociaal-emotionele
competenties bij kinderen

De werkgroep kennisinnovatie volgt ontwikkelingen binnen en buiten het werkveld ter bevordering van de kwaliteit van de psychomotorische kindertherapie.

In dit artikel gaan Wilma Brands en Anjolan Eisenga in op de Dessa vragenlijst, welke werd ontwikkeld door Paul LeBuff, Jack A. Naglieri en Valerie B. Shapiro.

De DESSA is een instrument waarmee sociaal-emotionele competenties van kinderen in de basisschoolleeftijd in kaart kunnen worden gebracht. Op basis van de gedragsbeoordelingen van ouders wordt de mate bepaald waarin kinderen adequaat willen en kunnen handelen in sociale situaties. De DESSA is hiermee een van de weinige instrumenten die inzicht geeft in de sociaal-emotionele gedragingen van een kind buiten een klassikale situatie.

De DESSA bestaat uit 72 items en geeft scores op acht schalen:

- Persoonlijke verantwoordelijkheid
- Optimistisch denken
- Doelgericht gedrag
- Sociaal bewustzijn
- Besluitvorming
- Relationale vaardigheden
- Zelfbewustzijn
- Zelfmanagement

Op basis van de acht schaa scores wordt een totaalscore vastgesteld, die een globale indicatie geeft van het sociaal-emotioneel functioneren van een kind. In het kader van de positieve psychologie wordt bij de DESSA uitgegaan van competenties en niet van probleemgedrag. Met de vragenlijst worden vaardigheden gemeten die dienen als beschermende factoren voor kinderen.



Doel

Het doel van de DESSA is om sociaal-emotionele competenties bij kinderen te identificeren die minder ontwikkeld zijn, zodat deze gebieden door gerichte interventies verbeterd kunnen worden.

Leeftijdsbereik

De DESSA is geschikt voor kinderen van 4 tot en met 12 jaar.

Normen

Er zijn normen beschikbaar die representatief zijn voor de Nederlandse populatie.

Het invullen van een vragenlijst duurt circa 10 minuten. Ouders geven op een vijf puntsschaal aan in hoeverre hun kind bepaald gedrag heeft vertoond in de afgelopen weken.

Het DESSA startpakket bestaat uit de volgende materialen:

- Handleiding
- Vragenlijsten (20 stuks)
- Profielformulieren (20 stuks)
- Boek 'Sociaal? Vaardig!'

De Dessa vragenlijst

Naar aanleiding van het gebruik van de Dessa hebben wij de volgende vragen voorgelegd aan de Dhr. David-jan Punt:

1. In hoeverre is het verwachtingspatroon van een ouder van invloed op het gemeten concept?

Zoals u weet krijgen ouders bij het invullen van de vragenlijst de instructie om hun beoordelingen alleen te baseren op directe observaties van het kind.

De ouders moeten de frequentie van gedragingen rapporteren die zij daadwerkelijk gezien hebben (zie de handleiding, pagina 11). Op die manier wordt zoveel mogelijk geprobeerd om het verwachtingspatroon van ouders niet mee te nemen.

Desalniettemin is het bij alle oudervragenlijsten (en in principe alle gedragsvragenlijsten) zo dat de verwachting van ouders over het kind een rol kan spelen.

Hierbij moet echter wel gezegd worden dat de vragenlijst genormeerd is op een representatieve groep ouders uit de Nederlandse populatie. Het 'normale' verwachtingspatroon van ouders is hierbij dus meegenomen, omdat er vergeleken wordt met de antwoorden van andere Nederlandse ouders.

2. Gevoelsmatig is er volgens ons een duidelijk verschil tussen met name jonge kinderen en oudere kinderen in niveau van ontwikkeling op sociaal-emotioneel gebied. De Dessa maakt bij de beoordeling van de scores geen onderscheid in leeftijd of sekse binnen de gehele groep van 4 tot 12 jarige. Op pagina 42 van de handleiding wordt een verklaring gegeven voor het feit dat er geen of weinig verschillen in de Dessa scores zijn bij verschil in leeftijd en/of in sekse. Hoe kan dat?

Bij het gebruik van de DESSA moet u zich er bewust van zijn dat er sociaal-emotionele competenties worden gemeten.

Dit zijn vaardigheden/gedragingen die een kind geleerd kunnen worden en waarmee met behulp van interventies dus concrete stappen gemaakt kunnen worden.

Sociaal-emotionele ontwikkeling is een ander (breder) concept, dat niet met de DESSA gemeten wordt. Voor sociaal-emotionele ontwikkeling geldt dat deze er per definitie anders uitziet wanneer jonge en oude kinderen met elkaar worden vergeleken. Zo is bepaald gedrag kenmerkend voor jonge ontwikkelingsleeftijden en komt dit niet meer voor op latere leeftijd (wanneer dit wel het geval is, kun je dus spreken van een achterstand in sociaal-emotionele ontwikkeling).

De DESSA meet echter geen sociaal-emotionele ontwikkeling, maar sociaal-emotionele competenties. Zoals u zelf aangeeft, wordt in de handleiding al beschreven dat de gebieden zoals deze gemeten worden met de DESSA niet significant verschilt binnen het leeftijdsbereik van 4-12 jaar. Voorbeeld: "deelt met anderen" (item 27) wordt gemiddeld niet vaker waargenomen bij oudere kinderen dan bij jongere kinderen.

Voor uw interpretatie geldt dat als een score in het oranje gebied van de grafiek valt (T-score van 40 of lager), dit betekent dat het kind relatief weinig sociaal-emotioneel competentie gedragingen laat zien. Het betekent dus niet per definitie dat de sociaal-emotionele ontwikkeling achterblijft t.o.v. zijn/haar leeftijd, maar veeleer dat het kind bepaalde vaardigheden ontbeert.

De Dessa vragenlijst

Onze ervaring

Door middel van de Dessa is het mogelijk om sociale en emotionele competenties te meten (voor en na de behandeling) en daarmee kan het effect van de behandeling gemeten worden.

Doordat ouders het zelf invullen, bevestigt het op een objectieve en meetbare manier de observaties die je als therapeut ook doet met betrekking tot de sociaal-emotionele ontwikkeling van het kind. Het geeft daarmee inzicht aan ouders en leerkrachten, wat resulteert in een betere afstemming van hen op de sociaal-emotionele competenties van een kind.

Het zorgvuldig en gedetailleerd uitwerken van de Dessa is het een arbeidsintensief klusje. Het kan je echter wel richting geven aan de interventies in de therapie.

Openstaande vragen

- Heeft de digitale verwerking een meerwaarde?
- Hoe bevalt de zojuist uitgekomen leerkrachten versie?
- Is het inzetbaar als effecten meting of bij effecten onderzoek en hoe dan?

SOCIAAL? VAARDIG!

Het boek 'Sociaal?Vaardig!' van ontwikkelingspsycholoog Steven Pont sluit aan bij de schalen van de DESSA. In het boek wordt beschreven hoe ouders sociaal-emotionele competenties in de opvoeding van kinderen kunnen verbeteren. Elk hoofdstuk bevat concrete casussen, ontwikkelingspsychologische achtergronden en praktische interventies.



Dessa

Een casus

In dit artikel beschrijft Anjolan Eisenga een casus waarbij ze de Dessa vragenlijst als meetinstrument voor de therapie heeft gebruikt.

De beginsituatie

Bas, 6,5 jaar, wordt aangemeld voor PMKT vanwege zijn gedrag op school. Hij weigert soms taken en gaat onder zijn tafel zitten. Als de situatie escaleert richt hij zijn boosheid op de leerkracht met schelden, slaan en schoppen.

Dit gedrag is met name de laatste weken zichtbaar op, nadat er gewisseld is van leerkracht. Bas voelt zich op school onbegrepen en afgewezen. Hij wordt gepest in de klas en andere kinderen worden bang voor hem met als gevolg sociaal isolement. Moeder vertelt dat Bas thuis ook wel snel en heftig reageert en dat hij in emotie kan blijven hangen.

Gezinssituatie

Ouders zijn na de geboorte van Bas gescheiden. Moeder is hertrouwd en Bas heeft een broertje van 4 jaar. De twee kinderen (11 en 9 jaar) van vader uit zijn vorige huwelijk zijn afwisselend een paar dagen bij hun vader en 10 dagen bij hun moeder. De biologische vader van Bas is uit beeld.

Uit gegevens van de anamnese komt naar voren dat Bas van jongs af aan al veel veranderingen heeft meegemaakt. De vader van Bas verdwijnt al in het eerste jaar van zijn leven uit beeld. Er ontstaan problemen tussen de ouders vlak na zijn geboorte en moeder komt er alleen voor te staan. Moeder werkt en trekt in bij haar ouders. Bas ontwikkelt zich voorspoedig; het is een goedgestemd en gezond kind. Als hij 1,5 jaar is, leert moeder haar huidige partner kennen. Er is een klik met wederzijdse kinderen. Na de geboorte van zijn broertje, verhuist Bas opnieuw naar een andere omgeving (4e woonplek). Vanaf zijn 3e jaar heeft hij regelmatig oorontstekingen en is hij regelmatig doof. Hij krijgt logopedie in verband met slissen.

De afgelopen periode laat Bas veel boosheid zien, nadat een van de twee juffen plotseling gestopt is. Ook wordt hij geplaagd door een groepje kinderen tijdens het overblijven. Bas is onlangs geschorst van school, omdat hij zijn werk niet wilde maken.

Onderzoekperiode

Bas is gemotiveerd om te komen; hij vindt het vervelend dat hij steeds zo boos is en hij wil weten waar zijn boosheid vandaan komt. Bij de eerste sessie tekent hij de boosheid in zijn hoofd: het zijn lijnen die zijn hersens gevangen houden. En als hij blij is? Hij tekent opnieuw zijn hoofd: dan houden zijn hersens de boosheid gevangen. Hij wordt blij van lekker bewegen, vertelt hij.

“Talenten? Waar ben je goed in.” Hij: “bijvoorbeeld boos zijn?” “Ja, hij kan goed aangeven wat hij niet wil....”

Tijdens het tekenen vertelt Bas over de geboorte van zijn broertje en over de huizen waar hij gewoond heeft. Tijdens het praten wordt hij steeds wiebeliger. Tijd om te bewegen; Bas gaat huizen maken van de dingen die in de ruimte staan.

Bas is expressief, zijn emoties zijn zichtbaar in zijn gezicht en lichaamstaal. Zoals in de testsituatie bij het maken van een opdracht, als iets mislukt of als hij juist iets voor elkaar heeft gekregen. Bijvoorbeeld als een figuur natekenen bij de Bender test niet lukt: hij ziet het, zakt in elkaar en geeft het op. Door mee te leven en te benoemen wat ik zie, wordt hij rustig. Hij is dan in staat om onder woorden te brengen wat het verschil is met het voorbeeld en gaat vol goede moed aan

de slag; met succes! Het resultaat wordt aanmerkelijk beter als hij vooraf onder woorden brengt wat hij ziet en dan tot actie overgaat. Ook tijdens het spel valt op dat hij plotseling het spel kan afbreken en met iets anders gaat beginnen.

In de onderzoeksfase lag de focus op contact leggen met het kind om een werkrelatie op te bouwen, het vinden van een gemeenschappelijk doel. Hoe kijkt het kind naar de problematiek. Zijn er verandertermen, gaan de interventies effect hebben, kan er iets op gang komen? Emotieregulatie problematiek wordt zichtbaar bij zowel opdrachten als in de vrije situatie. Bas reageert heel positief op meeleven, meekijken, het reguleert hem. Hij kan de draad in het spel weer oppakken, hij kan zijn taakje afmaken. Woorden geven helpt hem zich te oriënteren een taak beter uit te voeren. Zijn motoriek is leeftijdsadequaat. Thema's in zijn spel zijn te plaatsen in zijn context/ verleden.

De Dessa vragenlijst

Moeder vult de Dessa vragenlijst in en geeft aan welke competenties zij de afgelopen 4 weken bij Bas heeft gezien. De Dessa geeft scores op een aantal deelgebieden. Bij Bas waren de scores beneden gemiddeld voor de items Persoonlijke verantwoordelijkheid, Optimistisch denken, Sociaal bewustzijn, Relationele vaardigheden en Zelfbewustzijn en Zelfmanagement. Doelgericht gedrag en Besluitvorming vallen net binnen het gemiddelde. Optimistisch denken en Zelfbewustzijn scoren het laagst. Competenties die horen bij optimistisch denken die niet of weinig in het gedrag van Bas te zien zijn: het kind spreekt positief over de toekomst, praat over positieve dingen, ziet dingen met vertrouwen tegemoet, blijft proberen als iets niet lukt, spreekt positief over zichzelf en toont zelfvertrouwen. Competenties die bij zelfbewustzijn niet/weinig te zien zijn bij Bas: het kind is zich bewust van zwakke kanten, is zich bewust van sterke kanten, kan zeggen hoe hij zich voelt, geeft eigen mening, stelt vragen.

Conclusie

Er is sprake van emotieregulatie- en gedragsregulatie problematiek, waarbij mogelijk organische/constitutionele/traumatische factoren een rol spelen.

Therapie verloop

Aantal sessies: 14, gedurende 6 maanden

Met Bas kom ik overeen: "Boosheid de baas worden, daar gaan we aan werken!"

Doel van de therapie: gericht op het reguleren van emotie/arousal en het versterken van eigenheid. Herkennen van sterke kanten, het 'ontdekken van talenten'.

Bij het volgen van Bas in de eerste periode ligt de focus op oplopen van arousal, het woorden geven aan zijn activiteiten en beleven, zijn talenten. De arousal komt weer 'binnen de Window of Tolerance'. Door hogere arousal is het moeilijker om tot reflectie te komen; het mensenbrein in te schakelen. Vanuit een rustig brein kan Bas wel komen tot het verzinnen van oplossingen.

Na de fase waarin Bas het gevoel krijgt dat hij 'er mag zijn' en zijn vertrouwen groeit, gaat Bas 'er –op- uit'. Symbolisch spel is voor hem een manier om zijn binnenwereld in beeld te brengen. Meekijken en

meeleven zijn de belangrijke interventies. Woorden geven aan activiteiten, gevoelens/ affect, intenties en behoeften.

Geleidelijk verdwijnt zijn thematiek uit het spel: huizen bouwen om een veilige plek te maken. Kastelen bouwen waar een schat veilig ligt, met ridders en woeste mannen, de goeden tegen de slechteriken....hij kan stil staan bij voelen met sensopatisch materiaal, sensaties bij eten van snoepjes en activiteiten ervaren als wiegen en schommelen, balansspel en kiekeboe....

De interactie verandert; de regie in handen hebben is steeds minder nodig; Bas kan variëren met interactie posities, zoals samenspel en regelspel met wedstrijdelement. Hij krijgt er lol in om oplossingen te bedenken en kan helpende gedachten inzetten.

Situatie na een half jaar

Op school begrijpen de leerkrachten Bas inmiddels ook beter en herkennen de signalen van zijn stress systeem, zodat escalaties tot het verleden gaan behoren. Als de spanning oploopt mag hij zich even terug trekken. Hij kan beter aangeven wat hem dwars zit, het leren komt weer op gang. Ook thuis zit Bas beter in zijn vel. Moeder vult opnieuw de Dessa vragenlijst in.

Alle items vallen nu binnen het gemiddelde, waarbij de grootste vooruitgang geboekt is bij Optimistisch denken en Zelfbewustzijn, gevolgd door Persoonlijke verantwoordelijkheid, Relationele vaardigheden en Sociaal bewustzijn.

Competenties die nu met vaak zijn ingevuld (eerder nooit of zelden of soms):

- Praat over positieve dingen,
- ziet dingen met vertrouwen tegemoet, I
- aat zien dat hij een juist beeld van zichzelf heeft,
- houdt rekening met anderen,
- doet iets aardigs voor een ander,
- houdt zich aan regels,
- wacht op zijn beurt,
- begroet mensen op beleefde manier,
- gaat zorgvuldig om met spullen en let goed op.

Ingevuld bij soms (eerder nooit of zelden):

- Spreekt positief over zichzelf,
- toont zelfvertrouwen,
- laat zien zich bewust te zijn van sterke kanten,
- blijft proberen als het niet lukt,
- blijft geduldig als iets niet lukt,
- blijft rustig bij moeilijke opdracht,
- komt afspraken na en krijgt dingen op tijd gedaan.

DESSA Profielformulier

Naam kind: _____ ☐ Meisje ☐ Jongen Leeftijd: 6 Geboortedatum: _____
 Naam invuller: _____ Relatie tot het kind: _____ Datum invullen: 22-2-2013
● 18-7-2013

Schaal	Ruwe score	T-score	90% BI	Percentielscore
Persoonlijke verantwoordelijkheid	<u>19/23</u>	<u>34/42</u>	<u>7</u>	<u>5</u> 21
Optimistisch denken	<u>13/17</u>	<u>28/40</u>	<u>7</u>	<u>1</u>
Doelgericht gedrag	<u>22/24</u>	<u>42/46</u>	<u>6</u>	<u>21</u>
Sociaal bewustzijn	<u>20/22</u>	<u>36/40</u>	<u>6</u>	
Besluitvorming	<u>18/18</u>	<u>40/40</u>	<u>16</u>	
Relationele vaardigheden	<u>20/24</u>	<u>35/43</u>	<u>-</u>	
Zelfbewustzijn	<u>11/14</u>	<u>30/39</u>	<u>2</u>	
Zelfmanagement	<u>21/26</u>	<u>39/49</u>	<u>14</u>	

Tel de T-scores van de 8 schalen bij elkaar op en noteer deze som als ruwe score van de DESSA Totaalscore.

DESSA Totaalscore	<u>284/339</u>	<u>33/41</u>	<u>-</u>	<u>5</u>
-------------------	----------------	--------------	----------	----------

Persoonlijke verantwoordelijkheid

Optimistisch denken

Doelgericht gedrag

Sociaal bewustzijn

Besluitvorming

Relationele vaardigheden

Zelfbewustzijn

Zelfmanagement

DESSA Totaalscore

Schaal	T-score
Persoonlijke verantwoordelijkheid	34
Optimistisch denken	28
Doelgericht gedrag	42
Sociaal bewustzijn	36
Besluitvorming	40
Relationele vaardigheden	35
Zelfbewustzijn	30
Zelfmanagement	39
DESSA Totaalscore	33

HOGREFE

© 2013 Hogrefe Uitgevers B.V., Amsterdam
 Alle rechten voorbehouden
 Artikelnummer 5702704

HET VLAGGENSYSTEEM

Wilma Brands-Zandvliet

Het vlaggensysteem helpt iedereen die met kinderen en jongeren werkt om seksueel gedrag van kinderen en jongeren eerlijk te beoordelen en er gepast op te reageren. Maar je kan het vlaggensysteem evengoed gebruiken om met kinderen en jongeren het gesprek aan te gaan over welk seksueel gedrag wel en niet oké is.

In het boek wordt het vlaggensysteem uitgelegd en onderbouwd en er staan onder meer methodes in om met de kaarten aan de slag te gaan. Achteraan staat een beknopte lijst van seksuele gedragingen die veel voorkomen op een bepaalde leeftijd. Die normatieve lijst stelt je in staat om het seksueel gedrag van kinderen en jongeren beter te beoordelen.

Zes Criteria

Centraal in het vlaggensysteem staan zes criteria voor gezond seksueel gedrag. Die bieden begeleiders, kinderen en jongeren een houvast bij de beoordeling van seksueel gedrag, en dus ook bij de reactie daarop. Deze criteria worden samengevat op de kaart met 'Stuurwiel seksueel gedrag'.



Toestemming

Seksueel gedrag is alleen oké als alle betrokkenen ermee akkoord gaan en zich er prettig bij voelen.

In kindertaal: Als we het allebei willen en prettig vinden, dan is het oké. Als ik niet wil, dan moet ik dat duidelijk zeggen. Als mijn vriendje of vriendinnetje niet wil, dan mag ik niet aandringen.

Vrijwilligheid

Er mag bij seksueel gedrag geen vorm van beloning, misleiding, druk of dwang in het spel zijn.

In kindertaal: Ik doe het alleen omdat ik het zélf wil. Niet voor een beloning, om iemand een plezier te doen of te vermijden dat die boos wordt. Ik mag niet aandringen als mijn vriendje of vriendinnetje niet wil.

Gelijkwaardigheid

Alleen seksueel gedrag tussen gelijkwaardige partners is oké. Die gelijkwaardigheid moet er zijn op vlak van leeftijd, kennis, intelligentie, aanzien, macht, levenservaring, rijpheid, status ...

In kindertaal: Seksuele spelletjes met iemand die veel ouder, sterker of slimmer is of met iemand die veel jonger of zwakker is, zijn niet oké.

Ontwikkeling

Bij elke ontwikkelingsfase hoort seksueel gedrag dat typisch en dus oké is voor die fase. Ook seksueel gedrag dat niet bij een bepaalde leeftijd of ontwikkelingsfase past, zou dus grensoverschrijdend kunnen zijn.

In kindertaal: Alles op zijn tijd. Ik doe niets waar ik nog te jong of al te oud voor ben.

Het vlaggensysteem

Context

In de ene situatie gelden andere regels voor seksueel gedrag dan in de andere. Gezond seksueel gedrag is aangepast aan de situatie of omstandigheden.

In kindertaal: *Ik houd rekening met mijn omgeving en stoer of choqueeer niemand met mijn gedrag.*

Zelfrespect

Soms kan seksueel gedrag fysieke, emotionele of psychische schade veroorzaken. Dit is niet de bedoeling. Aan seks hoor je een goed gevoel over te houden.

In kindertaal: *Ik doe niets dat schadelijk kan zijn voor mezelf. Ik denk na over de gevolgen van mijn gedrag en neem geen risico's.*

Op basis van de criteria kan dan beoordeeld worden of het seksueel gedrag al dan niet grensoverschrijdend is. De beoordeling wordt weer gegeven in vlaggen:

Groene vlag:	aanvaardbaar seksueel gedrag
Gele vlag:	licht grens overschrijdend gedrag
Rode vlag	ernstig grensoverschrijdend seksueel gedrag
Zwarte vlag:	zwaar grensoverschrijdend seksueel gedrag

Er is 1 kaart waarop de vier vlaggen beknopt worden toegelicht en pedagogische reactiemogelijkheden worden meegegeven.

Op de 44 kaarten staan concrete situaties afgebeeld van seksueel gedrag van kinderen en jongeren. Elke situatie wordt beoordeeld aan de hand van de zes criteria voor gezond seksueel gedrag. Op basis van die beoordeling wordt een pedagogische reactie gesuggereerd. Het kan tevens dienen als uitstekend discussie- en oefenmateriaal voor zowel het kind en de jongeren als hun ouders, verzorgers of begeleiders.

Mijn persoonlijke ervaring met het systeem is dat het vlaggensysteem heel helpend kan zijn wanneer je jezelf afvraagt in hoeverre bepaald seksueel gedrag verontrustend is of dat het past bij de normale seksuele ontwikkeling van een kind. Het zet jezelf als therapeut/ouder ook aan het denken over je eigen normen en waarden m.b.t. wat 'normaal' seksueel gedrag is en wat en hoe je dat wilt meegeven aan het kind.

Via onderstaande link is een gids voor ouders te downloaden, welke gaat over seksueel opvoeden volgens het vlaggensysteem. Dit is een voor Nederland herziene versie van de Gids voor Ouders. Over de Grens? van Sensoa.

Overname van informatie uit deze publicatie is toegestaan onder voorwaarde van de bronvermelding: © MOVISIE, kennis en advies voor maatschappelijke ontwikkeling.

http://www.seksuelevorming.be/sites/default/files/digitaal_materiaal/overdegrensgidsvoorouders.pdf

Boek en kaartenset in opbergmap

ISBN: 9789044131239

Prijs: €43,00

Uitgever: Garant Uitgevers nv

INSPIRATIE...

Bianca Havermans

Bij Centrum Le Bon Départ geven ze een cursus voor ouders of verzorgers, die samen met hun peuter veel plezier willen beleven en ontdekken wat bewegen en zingen kan betekenen voor het onderlinge contact.

De cursus bestaat uit vijf bijeenkomsten van een uur en wordt gegeven door een ervaren psychomotorisch kindertherapeut. Naast elkaar leren spelen, met elkaar leren spelen, geven en ontvangen, leiden en volgen, samen zingen en bewegen; het komt allemaal aan bod.

Bekijk de foto's voor een sfeerimpressie en lees de ervaringen van enkele ouders.



'Loek? Heb jij zin om met mama mee te doen met de peutergym?' Dat was de vraag die ik onze zoon begin september stelde. 'Wat is dat?' vroeg hij. Oké, hierbij moest ik meteen schakelen. Leg ik dit uit vanuit mijn beroep als psychomotorisch kindertherapeut of als moeder. 'We gaan zingen en spelen met andere kinderen.' (Het was toch makkelijker dan ik dacht) Nou dat leek hem wel wat. Even een telefoontje, het huishouden, de andere kinderen....Hoe vaak komt het nou voor dat je ongestoord een uur lang speelt met je peuter? Dat zet je aan het denken...Wij moeders hebben het druk, druk, druk. Dus is dit een uitgelezen kans om op een leuke, sportieve, gezellige manier samen met je peuter te bewegen.

Met Thea (van Gorp) aan het roer werd er 'met de beer als rode draad' gezongen, muziek gemaakt, gesprongen, gedanst, gerend. Samen met een groep andere

kinderen en ouders ben je heerlijk actief bezig.

Zowel als psychomotorisch kindertherapeut maar zeker ook als moeder zeg ik: 'Doen!'

Lieke Hannen-van Laarhoven en Loek Hannen

Peutergym! Het begint in de auto al. 'Mama, ik denk dat de beer nog slaapt'.

Bij binnenkomst doen we onze jassen en schoenen uit en lopen we stilletjes de zaal binnen.

De beer slaapt inderdaad nog, boven op een muziek trommel. Zachtjes mogen de kinderen om de beurt op de trommel tikken.



Inspiratie...

'Mag ik zo meteen ook de beer wakker maken mama?'. Levy zit meteen in het verhaal en als de beer langs komt om goedemorgen te zeggen duikt hij in mijn schoot maar geeft hij uiteindelijk een knuffel of een kus aan de beer. Dan is het tijd om in actie te komen en gaan

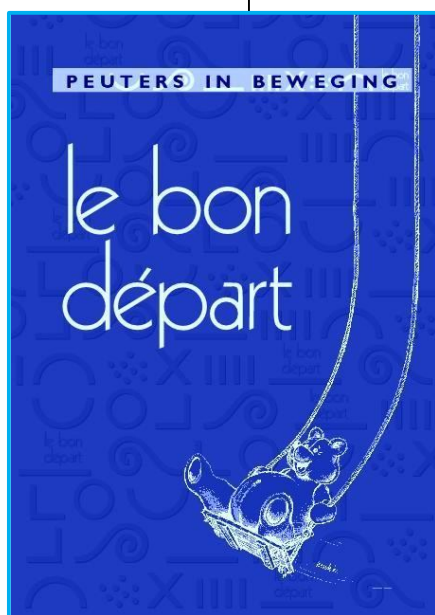


we op de muziek van de beer rond de trommel lopen en rennen. We voeren opdrachten uit die de kinderen mogen verzinnen zoals zitten op de schoot bij de papa of mama, rondjes draaien, in de handen klappen en springen. Ieder kind mag trommelen en dan komen er andere activiteiten aan bod.

Slootje springen, schuifje varen, verschillende ballen ontdekken, in een kleed schommelen, straatje lopen en krui-
pen, poes en muis spel, spiegels en tussendoor een appeltje eten. De peutergym is voor Levy een uur intensief de volle aandacht van zijn papa of mama. Spelenderwijs is hij actief in beweging en ik als ouder zie de peutergym als zijn sport; zijn voetballen, zijn zwemles, zijn judo. Zijn uitje in de week voor de kleine peuter. Voor een derde keer op rij gaan we mee doen aan de peutergym die bestaat uit 5 lessen. Levy kijkt er iedere keer naar uit en ondanks dat het op de vroege zaterdag ochtend is, kijk ik als ouder er ook steeds weer naar uit.

Tot ziens beer!

Suzan Helmer en Levy



Tijdens de cursus wordt onder andere gebruik gemaakt van de liedjes en activiteiten uit de map en cd 'Peuters in Beweging' Le Bon Départ. ISBN 90-807847-1-0