



aandacht voor leren

Psychomotorische kindercoach

Wat is het?

Psychomotoriek gaat uit van de verbinding tussen het lijf en het brein. Je brein stuurt je lichaam aan en hoe je lijf doet heeft weer invloed op het brein.

Elk kind leert vanuit beweging! Daarom is bewegen zo belangrijk. Van baby af aan leert een kind met zijn lichaam. Deze ervaringen met het lichaam vormen een belangrijke basis voor de groei van het sociaal, emotioneel en cognitieve vermogen van een kind. Bewegingen zorgen er voor dat het brein en het lichaam zich met elkaar verbinden en het kind zowel emotioneel, sociaal en cognitief in balans is.

Als de balans verstoord is, wordt dit zichtbaar in het gedrag van je kind en kan dit invloed hebben op gedrag, leren en concentreren op school en thuis.

Balans

Om de balans weer te vinden, kijk ik naar de verschillende ontwikkelingsgebieden; reflex integratie, visuele motorische vaardigheden en het stress systeem.

Wanneer een kind emotioneel uit balans is, is het vaak ook lichamelijk uit balans. Het lukt dan bijvoorbeeld niet om op een balansbord te staan. Een kind staat dan letterlijk en figuurlijk niet stevig in zijn/haar schoenen. Bij de begeleiding ga ik kijken of er ontwikkelingsgerelateerde factoren zijn die maken dat een kind letterlijk niet in balans komt. Hierdoor is het ook heel begrijpelijk dat een kind figuurlijk (nog) niet in balans is.

Als je kind niet helemaal lekker in zijn vel zit, ga je als ouders opzoek naar een manier om je kind weer lekker in zijn vel te laten voelen. Dan is het fijn om met behulp van beweging en spel verandering te brengen in het denken, voelen en doen. Je kind kan bijvoorbeeld;

- Moeite hebben met het reguleren van emoties
- Moeite hebben met concentreren
- Gevoelig reageren op de omgeving
- Leerproblemen ervaren op school
- Zich druk of juist teruggetrokken gedragen
- Weinig zelfvertrouwen hebben
- Last hebben van faalangst

Begeleiding

Als psychomotorische kindercoach maak ik in de begeleiding gebruik van creatief en therapeutisch spel materiaal en allerlei bewegingsvormen. Ik ga samen met je kind opzoek naar de hulpvraag. Samen gaan we kijken waar je kind behoefte aan heeft om te kunnen groeien. Hierbij maak ik gebruik van de ik-versterking, stress reductie, reflex integratie, visuele training en/of remedial teaching.

• Reflex integratie

Elk kind ontwikkelt vanaf de geboorte verschillende bewegingspatronen om een zelfstandig bewegend en handelend mens te worden. Een paar belangrijke en meest herkenbare bewegingspatronen: omrollen, zitten, kruipen, staan, lopen. Zo zijn er ook minder voor de hand liggende bewegingspatronen; evenwicht en kruisen van de middellijn van het lijf.

Al deze patronen worden aangezet door reflexen. Dit zijn voornamelijk onbewuste en ongecontroleerde bewegingen die het doel hebben om uit te groeien tot een bewust beweegpatroon. Een voorbeeld hiervan zijn de handreflexen; als deze niet voldoende zijn ontwikkeld kan dit van grote invloed zijn op de ontwikkeling van de schrijf

motoriek.

- **Visuele motorische vaardigheden**

Als kind ontdek je veel met behulp van je zintuigen. Je ogen zijn daar een hele belangrijke in. Zien is meer dan kijken. Wat je ogen zien moet worden verwerkt in je brein. Het kan zijn dat het visuele informatie systeem nog niet voldoende is ontwikkeld waardoor je kind onder anderen;

- moeite kan hebben met evenwicht
- vaak valt/struikelt
- niet graag naar school gaat
- moeite heeft met lezen
- last heeft van wagenziekte of hoogtevrees
- heel moe is na een schooldag
- vaak woorden overslaat bij het lezen
- niet netjes tussen lijnen kan schrijven

Door middel van een screening gaan we kijken waarin ik je kind kan gaan begeleiden. Met behulp van motorische oefeningen gaan we de ogen (weer) laten zien.

- **Stress systeem**

Kinderen hebben vaak een over actief stress systeem als hij/zij zich niet lekker in zijn vel zit. Er zijn dan veel situaties waarin je kind te maken krijgt met vecht-vlucht-verstijf reacties. Daarom maak ik in mijn begeleiding ook gebruik van ontspanningsoefeningen en geef ik uitleg over wat stress is aan je kind en wat hij/zij er zelf aan kan doen.