

PMT en PDD-NOS

Ontwikkelingstaken als leidraad voor PMT behandeling van jongeren met PDD-NOS

door Karlijn Wilbrink

**Onderwijsinstelling
Opleiding**

**Christelijke Hogeschool Windesheim
Psychomotorische Therapie en Bewegingsagogie**

Windesheim 

Titel	PMT en PDD-NOS
Ondertitel	Ontwikkelingstaken als leidraad voor PMT behandeling van jongeren met PDD-NOS
Auteur	Karlijn Wilbrink
Studentnummer	S1000476
Datum	juni 2010
Onderwijsinstelling	Christelijke Hogeschool Windesheim School of Human Movement & Sports
Opleiding	Psychomotorische Therapie en Bewegingsagogie
Vak	Afstudeer project Psychomotorische Therapie
Onderzoeksbegeleider	Maurits Uijting
Onderzoeksbeoordelaar	Garrick Jansen

Voorwoord

Deze afstudeeropdracht is geschreven ter afsluiting van de opleiding Psychomotorische therapie en Bewegingsagogie aan de Christelijke Hogeschool Windesheim Zwolle. De afstudeeropdracht is tot stand gekomen naar aanleiding van mijn eindstage bij behandelinstelling Commujon te Almelo. De doelgroep tijdens mijn stageperiode was jongeren met complexe gedragsproblemen.

Deze afstudeeropdracht bestaat uit een casestudy welke is gericht op een integratie van praktijk, methodiek en theorie van psychomotorische therapie(PMT). Het totaal is uitgemond in de afstudeeropdracht die nu voor u ligt.

Het schrijven en uitvoeren van deze casestudy heb ik als een plezierige en leerzame tijd ervaren. Bij deze wil ik alle mensen bedanken die bij hebben gedragen aan deze casestudy. Hieronder valt onder andere mijn collega stagiair Melissa Boers, die mij geholpen heeft met het bedenken van bepaalde activiteiten. Tevens wil ik mijn vader Jan Wilbrink bedanken en natuurlijk mijn stagebegeleider Martin Rietman en mijn begeleiders vanuit school Maurits Uijting & Garrick Jansen.

Ik hoop dat u veel plezier beleeft bij het lezen van deze afstudeeropdracht!

Karlijn Wilbrink

Ulft, juni 2010

Inhoudsopgave

Voorwoord	2
1. Inleiding	4
2. Vraagstelling	5
2.1 Formulering vraagstelling	5
2.2 Verantwoording vraagstelling	5
3. De casus van Bas	6
3.1 Inleiding	6
3.2 Beschrijving casus Bas	6
3.3 Diagnostiek van de casus	7
3.3.1 Inleiding	7
3.3.2 De classificerende methode	7
3.3.3 De hermeneutische methode	7
3.3.4 De kritische methode	8
4. Theoretische onderbouwing	10
4.1 Inleiding	10
4.2 PDD-NOS, wat is dat?	10
4.3 Kenmerken van PDD-NOS	10
4.4 Ontwikkelingstaken in relatie tot PDD-NOS	11
4.4.1 Inleiding	11
4.4.2 Ontwikkelingstaken	11
5. Methodiek en behandelplan	16
5.1 Inleiding	16
5.2 Het bio-psycho-sociaal model	16
5.3 Cliënt -centered therapie	17
5.4 Modaliteit 'oefenen (hier en nu)'	17
5.5 Modaliteit 'Ervaren (hier-en-nu en daar)'	18
6. Resultaten	20
7. Conclusie	21
8. Discussie en aanbevelingen	23
8.1 Discussie	23
8.2 Aanbevelingen	23
Literatuurlijst	25
Bijlage 1	26

1. Inleiding

Tijdens mijn stageperiode heb ik gewerkt met jongeren met complexe gedragsproblemen. Jongeren met een vorm van autisme vind ik al vanaf het begin van mijn opleiding erg interessant en leuk om mee te werken. De aanleiding voor deze casestudy is een individu waar ik gedurende mijn stageperiode mee gewerkt heb. Het gaat om Bas, een jongen van 13 jaar gediagnosticeerd met PDD-NOS. Bas heeft anderhalf jaar geleden OTS opgelegd gekregen en is op een behandelgroep binnen Commujon geplaatst.

Mijn stagebegeleider wees mij op zijn artikel over kinderen met PDD-NOS en PMT gericht op ontwikkelingstaken. Deze ontwikkelingstaken zijn benoemd door Martine Delfos. Zij omschrijft dat kinderen vanaf hun geboorte deze taken moeten vervullen.

Uit onderzoeken is gebleken dat kinderen met PDD-NOS beduidend langer dan gemiddeld over ontwikkelingstaken doen. Volgens Martine Delfos komen kinderen met een vorm van autisme over het algemeen niet verder dan de eerste drie van de zes ontwikkelingstaken.¹ Het leek mij een uitdaging om me in de psychomotorische therapie te richten op deze drie ontwikkelingstaken door te onderzoeken waarin kinderen met PDD-NOS achterlopen. Om deze reden ben ik met Bas de zaal ingegaan om te werken aan deze 'achterstanden'. De resultaten hiervan kunt u in dit rapport lezen.

Mijn motivatie om voor dit onderwerp te kiezen is dat ik veel wil leren over hoe kinderen met PDD-NOS in het leven staan, hoe ik ze beter kan begrijpen en hoe ik door het toepassen van psychomotorische therapie de kinderen kan helpen beter om te gaan met situaties in het leven. Deze casestudie is gericht op een integratie van praktijk, methodiek en theorie van psychomotorische therapie. De praktijkresultaten worden gekoppeld aan de bevindingen uit een literatuurstudie. De vraagstelling van deze scriptie luidt:

“Op welke wijze kan PMT verschillende ontwikkelingstaken van normaal begaafde jongeren met PDD-NOS die vastgelopen zijn en niet meer thuis kunnen wonen, positief beïnvloeden?”

Deze scriptie begint in het tweede hoofdstuk met het formuleren en verantwoorden van de vraagstelling. De casus van Bas wordt besproken in hoofdstuk drie. Daarbij wordt ook ingegaan op de diagnostiek van Bas. In hoofdstuk vier komt de theoretische onderbouwing aan de orde. Daarbij wordt onder andere een definitie gegeven van PDD-NOS en worden de ontwikkelingstaken in relatie tot PDD-NOS besproken. In hoofdstuk vijf wordt de methodiek en het behandelplan uiteengezet. De resultaten komen in hoofdstuk zes aan de orde en in hoofdstuk zeven volgt de conclusie. Deze scriptie zal eindigen met een discussie en het verwoorden van enkele aanbevelingen in hoofdstuk acht.

2. Vraagstelling

2.1 Formulering vraagstelling

Kinderen met een vorm van autisme hebben me altijd al aangesproken. Tijdens eerdere stages ging mijn aandacht ook altijd uit naar deze kinderen. Kinderen met een vorm van autisme zijn gebaad bij structuur en duidelijkheid. In mijn omgang met deze kinderen ben ik geduldig en straal ik veel rust uit. Bovendien heb ik de mogelijkheid om gestructureerd aan het werk te gaan. Op deze manier bereik ik de kinderen en geef ik ze vertrouwen. Dit zorgt voor een positief effect. Op deze manier de ontwikkeling van deze kinderen en eventueel ouders/verzorgers te stimuleren zodat zij vooruitgang boeken, geeft mij voldoening in mijn werk. Deze manier van begeleiden past goed bij mij waardoor het mij interessant leek om binnen deze doelgroep mijn afstudeeropdracht te doen. Na het lezen van een artikel van mijn stagebegeleider over ontwikkelingstaken en een aanbeveling van hem om binnen PMT iets met ontwikkelingstaken te gaan doen, ben ik gekomen tot de volgende vraagstelling:

*“Op welke wijze kan PMT verschillende ontwikkelingstaken * van normaal begaafde jongeren met PDD-NOS die vastgelopen zijn en niet meer thuis kunnen wonen, positief beïnvloeden?”*

*Omschreven door Martine Delfos

2.2 Verantwoording vraagstelling

Door ervaring vanuit verschillende stages en door verdiepende informatie over het onderwerp op te zoeken, kwam ik tot de conclusie dat PDD-NOS'ers ten opzichte van leeftijdsgenoten vooral achterstanden hebben op sociaal en emotioneel vlak. Als aankomende bewegingsagoog/psychomotorisch therapeut, was ik benieuwd wat PMT aan extra's kan bieden in de behandeling van kinderen met PDD-NOS die achterlopen in ontwikkelingstaken.

Binnen Commujon heb ik alle ruimte gekregen om aan de slag te gaan met de behandeling van een jongen met PDD-NOS. Zo kon ik beoordelen op welke wijze PMT de ontwikkelingstaken positief kan beïnvloeden.

3. De casus van Bas

3.1 Inleiding

In dit hoofdstuk beschrijf ik de individuele casus, waarmee ik gewerkt heb tijdens mijn stage op Commujon. Na beschrijving van de casus van Bas volgt in dit hoofdstuk een beschrijving van de bijbehorende diagnostiek. In hoofdstuk 4 volgt een theoretische onderbouwing van de casus.

3.2 Beschrijving casus Bas

Hieronder volgt een beschrijving van de casus van Bas. Wegens privacy redenen zijn fictieve namen gebruikt en zijn er geen andere belangrijke privé gegevens van de cliënt gebruikt.

Bas is een jongen van 13 jaar, gediagnosticeerd met PDD-NOS. Anderhalf jaar geleden heeft hij OTS opgelegd gekregen en is hij op een behandelgroep binnen Commujon geplaatst. Het was voor de moeder van Bas zwaar om hem thuis te handhaven waardoor er zich meerdere escalaties hebben voorgedaan. Hierbij liet Bas agressief fysiek gedrag zien, waarin hij vaak niet te stoppen was. Veiligheid voor andere kinderen kon door Bas zijn gedrag niet gewaarborgd worden.

Bas kan moeilijk omgaan met zijn innerlijke onrust. Als dit teveel wordt, kan hij gauw boos worden en is dan vaak niet meer te bereiken. In de weekenden gaat hij naar huis. Thuis bij moeder gaat het wisselend. Moeder geeft aan dat er soms conflicten zijn met haar of met Bas zijn zusje. Bas probeert thuis teveel zaken te bepalen en heeft vaak een grote mond. In de kerstvakantie is hij door zijn moeder naar de groep gestuurd omdat hij thuis niet te handhaven was. Bas is ook fysiek naar zijn moeder.

Bas heeft erg veel behoefte aan duidelijkheid en veiligheid en hij heeft baat bij één op één begeleiding. Tevens heeft hij veel structuur nodig. Binnen Commujon is Bas woonachtig op behandelgroep de 'Witte Wilg'. De 'Witte Wilg' is een behandelgroep voor jongeren tussen de 12 en 18 jaar met randpsychiatrische problemen. Het betreft jongeren met een diagnose binnen het spectrum van ontwikkelingsstoornissen (ADHD, PDD NOS, MCDD, Asperger). Bas woont samen met 9 andere jongeren. In de 'Witte Wilg' is rust, regelmaat, aandacht, veiligheid en continuïteit in de verzorging heel belangrijk. Er wordt vooral groepsgericht gewerkt en er is een vaste dagindeling van opstaan tot slapen. De regels zijn duidelijk en afgestemd op deze dagelijkse routine. De jongeren leren vaardigheden die nodig zijn voor de taken die ze moeten uitvoeren, zoals huiswerk maken, zichzelf verzorgen, de slaapkamer netjes houden en omgaan met meningsverschillen. Daarbij wordt gebruikt gemaakt van scorekaarten.

Bas is een jongen met een slank postuur en komt verlegen over. Zijn hoofd is vaak licht gebogen en hij komt motorisch wat onhandig over. Hij lijkt weinig controle te hebben over zijn lichaam. Het begrijpen van situaties is voor Bas niet gemakkelijk. Hij leeft in zijn eigen wereld en neemt veel woorden letterlijk. Als hij een situatie niet goed begrijpt, kan hij dit goed benoemen en duidelijk zijn bedenkingen daarbij aangeven.

3.3 Diagnostiek van de casus

3.3.1 Inleiding

Om meer inzicht te krijgen in de situatie van Bas wordt in deze paragraaf ingegaan op de diagnostiek van Bas. Daarbij is een keuze gemaakt voor de classificerende, hermeneutische en kritische diagnostiek omdat deze duidelijk van toepassing zijn op de casus van Bas. Voor de classificerende diagnostiek is gebruik gemaakt van de DSM-IV-TR.

3.3.2 De classificerende methode

De classificerende benadering stelt een diagnose door te kijken naar het gedrag. Aan de hand van kenmerken van het gedrag wordt een diagnose gesteld. Iemand moet aan een aantal kenmerken voldoen om een bepaalde diagnose te krijgen.

Het duidelijkste voorbeeld van een classificerende benadering is de DSM-IV. De DSM-IV is een diagnostisch handboek dat gebruikt wordt om psychologische stoornissen te classificeren. DSM staat voor Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders.² Tijdens een observatieperiode wordt gekeken of iemand voldoende kenmerken heeft om een diagnose te krijgen. Het DSM IV wordt in Nederland veel gebruikt. DSM-IV maakt gebruik van vijf assen. Per as wordt er naar een ander aspect gekeken. De volgende assen worden daarbij onderscheiden:

As 1: klinische syndromen

As 2: persoonlijkheidsstoornis of zwakzinnigheid

As 3: lichamelijke aandoeningen

As 4: psychosociale problemen

As 5: mate van functioneren.

Ook voor Bas kan een DSM-IV diagnose gesteld worden. Hieronder wordt duidelijk welke diagnoses bij de DSM-IV assen voor Bas gesteld zijn.

As I 299.80 PDD-NOS
 V61.20 Ouder-kind relatieproblemen
As II Geen diagnose
As III Geen diagnose
As IV Ouders gescheiden
As V GAF-score 65

3.3.3 De hermeneutische methode

De hermeneutische methode kan ingaan op de relatie persoon-omgeving. Door informatie te verzamelen via deze invalshoek, krijgt men zicht op wat de invloed is van de problemen van Bas in relatie met zijn omgeving. De omgeving kan zowel de medemens zijn als de materiële dingen om hem heen.³ Voor Bas geldt het volgende met betrekking tot de hermeneutische methode:

Aansluiting met groepsgenoten heeft Bas weinig. Hij heeft wel contact met leeftijdsgenoten, maar dit contact blijft zeer oppervlakkig. Vaak heeft dit contact met de computer te maken. Bas is een jongen die graag in zijn eigen wereldje leeft, en die niemand dichtbij laat komen.

Het contact met de groepsleiding is niet altijd even goed. Zodra Bas op iets wordt aangesproken (bijvoorbeeld het uitzetten van de computer) geeft hij geen enkele reactie, waardoor de groepsleiding het nogmaals tegen hem zegt. Dit is tot ergernis van Bas; hij wordt dan zichtbaar geïrriteerd. Dit gebeurt als hij bezig is met de (spel)computer. Hij begint te mopperen en laat merken dat hij het er niet mee eens is. Na een duidelijke correctie draait hij weer positief bij.

Bas heeft ook momenten dat hij de groepsleiding bewust opzoekt. Zo komt hij geregeld iets over de computer vertellen, of over iets wat hij heeft meegemaakt. Het praten over zijn gevoel of over zichzelf doet hij niet.

Bij Bas zijn sociale vaardigheden is de onzekerheid duidelijk zichtbaar. Hij heeft moeite om met personen om te gaan die hij niet goed kent. Ook heeft hij moeite met nieuwe en onvoorspelbare situaties. Hij weet daarin niet hoe hij contact moet maken. Hij zegt dat anderen hem al gauw raar vinden en voelt zich daardoor niet gewaardeerd door de ander. PDD-NOS wordt niet begrepen door de omgeving van Bas waardoor hij een etiket opgeplakt krijgt van iemand die 'niet te volgen is'.

De wereld vraagt veel van kinderen met PDD-NOS omdat de PDD-NOS' ers het moeilijk vinden om de wereld om hen heen te begrijpen. Bas is regelmatig in conflict met zichzelf en met zijn omgeving omdat hij de wereld niet altijd begrijpt. Je kunt niet verwachten dat de wereld zich gaat aanpassen aan Bas dus je zult zijn wereld zo klein mogelijk moeten houden. Bas heeft behoefte aan duidelijkheid, regelmaat en overzicht waardoor hij zo min mogelijk in conflict situaties komt.

3.3.4 De kritische methode

Bij de kritische methode gaat het om omgevingsfactoren die tot een probleem leiden. Via deze invalshoek wordt gekeken naar hoe de omgeving van Bas eruit ziet en hoe daar met zijn 'problemen' wordt omgegaan. Op deze manier ontstaat inzicht in de invloed die zijn omgeving op hem kan hebben of heeft gehad.⁴ Voor Bas geldt het volgende met betrekking tot de kritische methode:

In de casus kunnen we lezen dat het voor de moeder van Bas niet makkelijk is om Bas thuis te handhaven. Ze voelt zich onmachtig en tijdens een gesprek met de moeder komt deze machteloosheid ook naar voren. Ze verlangt dat Bas zich aan de wereld gaat aanpassen terwijl je dit van een kind met PDD-NOS niet kunt verwachten. Ze zegt Bas niet altijd te begrijpen en ze is slecht ingelicht over PDD-NOS. Haar opvoedingsstijl sluit niet aan bij de manier die kinderen met PDD-NOS nodig hebben. Dit kan verklaren waarom ze in conflict komt met Bas. Bas luistert niet naar zijn moeder, is gefrustreerd en toont agressief gedrag als gevolg van de onduidelijkheid die de moeder van Bas uitstraalt. Dit levert weer frustratie bij moeder op. Moeder biedt op haar manier te weinig structuur waardoor de innerlijke onrust van Bas toeneemt. Moeder moet meer psycho-educatie krijgen over de stoornis en zal vanuit daar de stoornis van haar zoon moeten leren accepteren. Als deze oorzaak aangepakt wordt, zal het voor haar en Bas al minder spanning opleveren.

Bas ervaart spanning op school omdat hij moeilijk kan aangeven wanneer hij onrustig begint te worden en een time-out kan nemen. Hij kan hier nu zelf voor kiezen als de leerkracht dit als optie benoemt. Van school uit verwacht men dat Bas moet leren om op momenten dat hij druk wordt, zelfstandig naar de bijruimte te gaan. Het lukt Bas een enkele keer om op een rustige manier naar de bijruimte te gaan. De andere keren gaat het gepaard met gek gedrag, dingen aantikken, geluidjes maken en soms het stuk maken van materialen. Hij is op die momenten niet boos, maar laat druk gedrag zien en kan hiermee niet stoppen. Het verschilt bij Bas wel per leerkracht. Duidelijke regels en afspraken helpen goed bij Bas. De neutrale houding van de leerkracht naar Bas toe en daarbij korte en strakke lijntjes werken ook goed. Hierdoor kan hij goed in de klas werken en/of in de bijruimte.

4. Theoretische onderbouwing

4.1 Inleiding

Bas is gediagnosticeerd met PDD-NOS. Om het juiste behandelplan te kunnen opstellen is het van belang om allereerst duidelijk te maken wat PDD-NOS is en wat de voornaamste kenmerken zijn van PDD-NOS. In dit hoofdstuk worden drie relevante ontwikkelingstaken met betrekking tot PDD-NOS uitgebreid besproken en geprojecteerd op de casus van Bas. Deze ontwikkelingstaken dienen als leidraad bij de uitgevoerde PMT.

4.2 PDD-NOS, wat is dat?

PDD-NOS staat voor Pervasive Developmental Disorder-Not Otherwise Specified. Dit is een Engelse naam voor stoornissen die worden gerekend tot de pervasieve ontwikkelingsstoornissen. Dit valt onder de psychologische stoornissen en deze kunnen vaak al in de eerste levensjaren gediagnosticeerd worden. Concreet noemt men PDD-NOS een aan autisme verwante contactstoornis. Kinderen met PDD-NOS voldoen niet aan alle kenmerken van autisme of zij vertonen de kenmerken in mindere mate, waardoor er niet echt van autisme gesproken mag worden. PDD-NOS is een sociale informatieverwerkingsstoornis. Dit houdt in dat prikkels bij hen op een andere manier worden verwerkt dan gebruikelijk is. ⁵ Het lijkt erop dat kinderen met PDD-NOS de hele dag worden geprikkeld of juist onvoldoende worden geprikkeld. De oorzaak daarvan wordt gezocht in het niet of niet juist kunnen verwerken van de informatie, die via de zintuigen binnenkomt. Bovendien lijken er problemen te zijn bij de informatie-uitwisseling tussen de beide hersenhelften. ⁶

4.3 Kenmerken van PDD-NOS

PDD-NOS dringt diep door in het functioneren van de mens. Dit betekent dat het op vele punten afwijkend is van de normale ontwikkeling. De symptomen van PDD-NOS kunnen variëren van zeer ernstig tot zeer mild. Als men ouder wordt krijgt men vaak meer controle over de stoornis, doordat men heeft geleerd zijn/haar gedrag aan te passen. PDD-NOS komt vaak voor in combinatie met een andere stoornis.

De motorische en cognitieve ontwikkeling van iemand met PDD-NOS loopt vaak achter ten opzichte van leeftijdsgenoten. De motorische achterstand is vaak zichtbaar in grove motoriek. ⁷

De cognitieve achterstand is zichtbaar in een vertraagde ontwikkeling qua IQ. Vaak loopt het gemiddelde IQ van iemand met PDD-NOS achter ten opzichte van leeftijdsgenoten, maar trekt dit op latere leeftijd wel weer bij. Cognitieve beperkingen ontstaan ook door het moeilijk kunnen verwerken van informatie. Teveel prikkels veroorzaken chaos in het hoofd van iemand met PDD-NOS. De moeilijke verwerking zorgt ervoor dat mensen met PDD-NOS iets niet zo goed kunnen samenvoegen tot een geheel en daardoor een gebrek aan inschattingsvermogen hebben. Door het niet of nauwelijks samenvoegen wordt een situatie vaak weer als nieuw ervaren. ⁸

Iemand met PDD-NOS heeft veel behoefte aan structuur. Wanneer er weinig structuur wordt geboden kan iemand met PDD-NOS in de war raken en dit roept onduidelijkheid bij ze op. Het is belangrijk om duidelijkheid te scheppen en te zorgen dat iemand weet wat er gaat gebeuren. De één heeft het wat meer nodig dan de ander. Iemand met PDD-NOS is gehecht aan zekerheid en vindt nieuwe situaties moeilijk.

Naast deze kenmerken hebben kinderen met PDD-NOS een beperkte 'theorie of mind' ontwikkeld. Dit houdt in dat ze moeite hebben om zich in een ander te verplaatsen. Ze missen het vermogen om te beseffen dat anderen in hun omgeving iets anders kunnen denken of voelen dan zij zelf. Deze theorie is bij deze kinderen niet of slecht ontwikkeld. Deze theorie is belangrijk om iets van hun leefwereld te kunnen begrijpen. Door de afwezigheid van dit vermogen ontstaan vaak sociale problemen. Het gevolg van deze problemen is dat ze weinig sociale contacten hebben en mogelijk in een sociaal isolement terecht komen.⁹

4.4 Ontwikkelingstaken in relatie tot PDD-NOS

4.4.1 Inleiding

In deze paragraaf komen de ontwikkelingstaken die Martine Delfos in haar boek beschrijft aan de orde. Het idee achter ontwikkelingstaken is dat er in iedere levensloop verschillende fases te onderscheiden zijn. In iedere fase komen ontwikkelingstaken aan bod. Er moeten vaardigheden ontwikkeld worden om deze taken te beheersen. Kinderen met een stoornis in het autistisch spectrum doen beduidend langer over ontwikkelingstaken. Jaren in plaats van maanden.⁸ Het beschrijven van de ontwikkelingstaken zijn voor deze scriptie van belang omdat PMT kan bijdragen aan het 'beter doorlopen' van de ontwikkelingstaken door kinderen met PDD-NOS. PMT kan een goede bijdrage leveren aan de 'achterstand' die deze kinderen hebben. In deze paragraaf wordt per ontwikkelingstaak uitgelegd wat deze ontwikkelingstaak concreet inhoudt met betrekking tot PDD-NOS. Tevens worden de verschillende ontwikkelingstaken geprojecteerd op de casus van Bas.

4.4.2 Ontwikkelingstaken

Martine Delfos richt zich in verband met vormen van autisme op het gebied van de ik- ander-differentiatie en de sociaal-emotionele ontwikkeling.¹⁰ De ik-ander-differentiatie is een proces dat een leven lang doorgaat. De ik-ander-differentiatie bestaat uit een aantal ontwikkelingstaken die vooral in de eerste jaren uitgevoerd moeten worden. Het gaat om het verschil tussen 'ik' en de 'ander'. Jezelf kennen is een noodzakelijke voorwaarde om anderen te leren begrijpen. Op emotioneel gebied moeten kinderen vanaf hun geboorte de volgende ontwikkelingstaken vervullen:

- *Onderscheid in ik/niet ik*
- *Vreemd/vertrouwd*
- *Hechten*
- *Mens/voorwerp*

- Goede en foute vreemden
- Sociale omgang

De verschillende ontwikkelingstaken in relatie tot PDD-NOS zullen nader worden uitgelegd. Hierbij richt ik me op de eerste drie cursief gedrukte taken die ik als leidraad in de case heb toegepast. De overige ontwikkelingstaken worden tevens kort toegelicht. Uit onderzoek is gebleken dat kinderen met een vorm van autisme over het algemeen niet verder komen dan de eerste drie ontwikkelingstaken.

Ontwikkelingstaak 'Ik versus niet ik'

Algemeen

Ieder kind moet zichzelf ontdekken als fysiek object (ik) en als mens tussen mensen (versus niet ik). Het is noodzakelijk een onderscheid te maken tussen 'ik' en 'niet-ik'. Dit gebeurt voor een belangrijk deel door middel van de zintuigen (kijken voelen ruiken). Een baby koppelt de beelden, geluiden en geuren aan elkaar tot een patroon dat hij of zij herkent dat hoort bij het bevredigen van zijn of haar behoeften. Deze patronen worden hem of haar steeds duidelijker en vertrouwd: mensen, de moeder en vader. De baby ervaart dat zij afgescheiden zijn van zichzelf en de baby beseft dat hij of zij deze mensen nabij moet houden om te zorgen dat hij of zij geholpen wordt.¹¹

PDD-NOS

Bij kinderen met PDD-NOS zien we dat de zintuigen die informatie over de omgeving verstrekken vaak sterker worden ingezet. Ze proberen zoveel mogelijk informatie te krijgen om het verschil tussen 'ik' en 'niet-ik' te kunnen maken. Het kind lijkt zich nauwelijks te beseffen dat de ander los van hem of haarzelf staat. Ook heeft het geen besef van de mogelijke gevolgen van zijn gedrag op de ander. Vanuit een beperkte ik-anders differentiatie is het kind zich nauwelijks bewust van het feit dat de ander los van hem of haarzelf staat en wat het effect is van zijn of haar gedrag op de ander. Het duurt dan ook veel langer bij kinderen met PDD-NOS om een wederzijdse relatie te ontwikkelen dan bij leeftijdsgenoten. Het kind leert daardoor niet goed dat het gedrag moet vertonen dat de ander aangenaam vindt, om iets te bereiken bij die ander.¹²

Casus Bas

Bas is zich nauwelijks bewust van wat zijn gedrag teweegbrengt bij de ander. Moeite om zich in een ander te verplaatsen is ook te merken bij Bas. Het is voor hem moeilijk om zich op te stellen in een groep. Hij kan lomp uit de hoek komen omdat hij geen rekening houdt met anderen. Hierdoor ontstaan conflicten en komen er bij Bas irritaties naar boven omdat hij zich niet kan verplaatsen in de ander. Thuis zullen daarom ook de nodige conflicten zich opdoen. Moeder wil iets van Bas, maar Bas kan zich moeilijk verplaatsen in zijn moeder. Mede doordat moeder daar niet duidelijk is ontstaan er situaties waarin Bas fysiek agressief gedrag laat zien. Hij heeft geen besef welk effect zijn gedrag teweegbrengt bij zijn moeder.

In één op één situaties is hij in zijn contact naar de ander redelijk goed. Vooral bij rustige personen doet hij goed mee. Bas wordt drukker als hij contact heeft met drukkeren leerlingen. Op dat moment heeft hij de leerkracht nodig om uit de situatie gezet te worden. Hij kan op dat moment nog niet zelfstandig kiezen voor zichzelf.

Ontwikkelingstaak 'Vreemd/vertrouwd'

Algemeen

Baby's hebben na ongeveer 8 maanden door wie de vertrouwde mensen in hun omgeving zijn die voor hen zorgen. Vaak zijn dit de naaste familieleden zoals vader en moeder. Die zorgen voor hem of haar. Daar hechten zij zich aan en ze stellen zich vervolgens terughoudend op naar anderen. Er ontstaat angst voor vreemden en het kind wordt eenkennig.¹³

PDD-NOS

Een kind met PDD-NOS zal het onderscheid tussen 'vreemd' en 'vertrouwd' veel later en moeizamer maken. Langere tijd zal het kind vaak onverschillig lijken te staan tegenover wie hem of haar verzorgt. Ouders voelen zich minder belangrijk en minder speciaal omdat het kind niet kieskeurig is waardoor hun gehechtheid met het kind moeizamer verloopt. Het kind met PDD-NOS gaat pas eenkennig gedrag vertonen wanneer hij/zij twee, drie of vier jaar is. Hierdoor wordt het kind vaak door anderen ervaren als onhebbelijk en onbeleefd, in plaats van eenkennig en angstig. Ouders kunnen dan door anderen als slechte opvoeders worden gezien. Het kind met PDD-NOS moet geleerd worden dat niet-bekend niet per definitie onveilig betekend, en dat deze onbekenden ook vriendelijk benaderd kunnen worden.¹⁴

Casus Bas

Wanneer Bas in een onveilige, niet vertrouwde situatie terecht komt kan hij moeilijk omgaan met zijn innerlijke onrust. Wanneer hij zich in een nieuwe situatie bevindt waarin het vreemd voor hem is kan hij boos worden en is hij niet meer te bereiken. Het gaat dan gepaard met gek gedrag, dingen aantikken, geluidjes maken en Bas kan hiermee niet stoppen. Bas heeft behoefte aan duidelijkheid en veiligheid van zijn leerkracht. Bij onbekende personen gaat Bas op zoek naar die duidelijkheid en veiligheid door op zoek te gaan naar grenzen. Zelfs zover dat hij gefixeerd moet worden. Hij kan niet vanuit zichzelf naar de bijruimte gaan, heeft de leerkracht daarbij nodig en kan niet uit de situatie stappen. Bas heeft veel moeite gehad met een nieuwe leerkracht omdat de veiligheid en duidelijkheid die hij kreeg van zijn oude leerkracht wegviel. Hij heeft een proces doorgemoeten waarin hij opzoek ging naar de duidelijkheid en veiligheid.

Ontwikkelingstaak 'Hechten'

Algemeen

Herkennen van mensen die voor je zorgen. Een baby probeert zich te hechten aan mensen om hem heen en probeert deze mensen aan zich te hechten, te binden. Een baby zet daar alles voor in, brabbelen, glimlachen, vastpakken en huilen. Ook de kleuter is actief bezig om zijn verzorgers in de buurt te houden, de mensen waar hij op vertrouwt. Hechten ligt dicht tegen vertrouwen aan. Als er geen basis is voor een vertrouwd gevoel zal hechting niet mogelijk zijn.¹⁵

PDD-NOS

Hechting ontwikkelen is een ingewikkelde activiteit en vraagt het ontwikkelen van sociale inzichten. Er wordt actief aan de theory-of-mind gewerkt, aan het opbouwen van een

theorie over eigen gedachten en gevoelens en die van anderen. Kinderen met PDD-NOS zijn daar tijdens die periode helemaal niet mee bezig. Ze zijn soms nog druk om allerlei onderwerpen uit te rijpen die bij het gemiddelde kind in een sneller tempo rijpen, bijvoorbeeld: het lichaam moet nog leren het eten te verwerken, het immuunsysteem moet geactiveerd worden, zintuigen moeten rijpen en de motoriek moet ontwikkeld worden.

Kinderen met PDD-NOS hebben veel energie nodig om deze rijping te volbrengen omdat deze vertraagd ontwikkeld. Dit betekent problemen met vastgepakt worden, geaaid worden, geen voedsel verwerken, heel scherp of juist niet goed horen, kruipen-staan-lopen ontwikkelen, zindelijkheid leren. Afhankelijk van de mate van PDD-NOS hebben kinderen hier meer of minder moeite mee. De ontwikkelingstaken die bij de kalenderleeftijd horen, komen hierdoor in de verdrukking en worden verschoven naar een volgende levensfase. Daarnaast zijn kinderen met PDD-NOS in eerste instantie meer geïnteresseerd in voorwerpen dan in mensen. Het betekent dat kinderen met PDD-NOS een achterstand kunnen oplopen in het zich leren hechten aan een ander.

Tijdens de kindertijd staat het ontwikkelen van cognitieve vaardigheden en het spelen met andere kinderen centraal. Kinderen met PDD-NOS zijn nog volop bezig om zich proberen te hechten aan hun directe verzorgers en te begrijpen hoe hun wereld in elkaar zit. Ze zijn bezig om de aanwezigheid van mensen te ontdekken en zijn nog niet zo actief in het sociaal met elkaar kunnen spelen.¹⁶

Casus Bas

De moeder van Bas verteld dat ze nog het gevoel heeft dat Bas een baby is. Als Bas in het weekend thuis komt en rustig met zijn moeder op de bank ligt, vind Bas het fijn dat zijn moeder hem over zijn hoofd aait of aan zijn haren zit. Daar wordt hij erg rustig van en valt dan in slaap. Je ziet dat hij daarin een aantal jaren achterloopt met leeftijdgenoten. Hij lijkt zich nu een grotere bewustheid van gehechtheid te krijgen.

Bas zegt zelf weinig vrienden te hebben. In de klas is hij vaak alleen en wanneer hij met zijn moeder naar de camping gaat is hij ook veel alleen waardoor hij zich verveeld. Aansluiting met leeftijdgenoten heeft hij dus niet. Hij heeft wel contact met leeftijdgenoten maar dit contact blijft oppervlakkig. Vaak heeft dit contact met de computer te maken. Wel kan Bas op een leuke en rustige manier een spel doen met een ander. Het spel moet dan gedaan worden met een rustige leerling en de leerkracht moet de situatie goed voorstructureren. Bas is een behulpzaam persoon en kan in het samenwerken met iemand anders dus goed en leuk contact hebben. Eén op één situaties gaan redelijk goed, hij kan samenwerken met (bepaalde) rustige leerlingen. Klassikale samenwerkingsopdrachten gaan meestal niet goed, mede omdat hij dan moet wachten op zijn beurt. Bas is een jongen die graag in zijn eigen wereldje zit, en die niemand dichtbij laat komen.

Volledigheidshalve geef ik hieronder kort weer wat de overige ontwikkelingstaken inhouden. Binnen deze casestudy zal de focus hier niet op gelegd worden.

Ontwikkelingstaak 'Mens/voorwerp'

Onderscheid leren tussen mensen en voorwerpen. Ook dit gebeurt door intensief inzetten van de zintuigen. Bijvoorbeeld verschillen leren tussen een mens en bijvoorbeeld een boom.¹⁷

Ontwikkelingstaak 'Goede en foute vreemden'

Ontdekken wie je wel vertrouwen kunt en wie niet. Nadat het kind geleerd heeft dat 'vreemd' en 'vertrouwd' bestaat en vervolgens dat vreemden ook vriendelijk benaderd moeten worden en veilig kunnen zijn, moet het kind ook leren dat dit niet voor iedereen geldt. Op grond van theory of mind zal het kind leren welke kenmerken iemand heeft die wel te vertrouwen is en welke kenmerken iemand heeft die niet te vertrouwen is. Dit is een zware taak voor een kind. ¹⁸

Ontwikkelingstaak 'Sociale omgang'

Het is belangrijk het kind te leren dat zijn of haar behoeften niet altijd bevredigd kunnen of hoeven te worden. Met het opgroeien merkt het kind dat zijn of haar behoeften niet altijd bevredigd kunnen worden. Dit kan frustrerend zijn. Het kunnen omgaan met frustratie, frustratietolerantie, en het kunnen uitstellen van behoeften zijn belangrijke instrumenten in het samen leven met andere mensen. Het vereist sociale vaardigheden. Het in acht nemen van regels van beleefdheid maar ook vooral het rekening houden met anderen. ¹⁹

5. Methodiek en behandelplan

5.1 Inleiding

Binnen de Psychomotorische therapie wordt er gewerkt met drie modaliteiten, ofwel behandelingsstrategieën. Dit zijn oefenen, ervaren en ontdekken. Deze drie modaliteiten worden later in dit hoofdstuk uitgewerkt en gekoppeld aan de casus van Bas. Deze modaliteiten staan in relatie met elkaar en kunnen eigenlijk niet los van elkaar gezien worden. Hierbij moet vermeld worden dat de strategie ontdekken bijna niet toegepast wordt tijdens therapieën met PDD-NOS'ers omdat er vaak symbolisch gewerkt wordt en naar het verleden wordt teruggegaan. Dit is te moeilijk voor een kind met PDD-NOS. In mijn behandelaanbod is hier de focus ook niet op gelegd. De sessie die ik heb uitgevoerd met Bas, heb ik dus verdeeld onder de modaliteiten oefenen en ervaren. Ook heb ik de ontwikkelingstaken eraan gekoppeld. Tevens heb ik gebruik gemaakt van twee theoretische kaders, namelijk: het bio-psycho-sociaal model en cliënt -centered therapie. Deze theoretische kaders worden allereerst hieronder uitgewerkt waarna de drie modaliteiten volgen.

5.2 Het bio-psycho-sociaal model

Vanuit het bio-psycho-sociaal model is het heel goed te begrijpen dat iedereen zwakke plekken heeft in zijn ontwikkeling/systeem. Alles in het leven heeft invloed op elkaar, maar niet alle gebieden in het leven zijn even sterk ontwikkeld. Vandaar dat mensen van het ene meer last hebt dan van het andere. Bij PDD-NOS is dit vooral op sociaal en emotioneel gebied. Risicofactoren van PDD-NOS'ers zijn bijvoorbeeld een slechte thuissituatie of onbegrip over de stoornis in de omgeving. Dit zie je beide terug bij Bas. Het gevolg hiervan kan zijn dat er geen mensen zijn die ze begrijpen, die ze vertrouwen of waar ze steun aan ervaren. Dit kan ervoor zorgen dat iemand met PDD-NOS steeds meer in een isolement terecht komt.²⁰

Het bio-psycho-sociaal model wordt tegenwoordig veel toegepast. Voor het werken met PDD-NOS'ers is dit een prettig model. Aan de hand hiervan is het mogelijk psycho educatie te geven. Psycho educatie is het geven van voorlichting over de stoornis, met als doel de cliënt zijn kennis, inzicht en acceptatie te vergroten. Je kunt het begrijpbaar maken door praktische en dagelijkse voorbeelden te geven. Voor Bas werkte het geven van psycho educatie erg verhelderend. Hierdoor kreeg hij meer inzicht in zijn stoornis waardoor hij zijn handelen beter leerde begrijpen. Het was belangrijk om hem elke bijeenkomst weer psycho educatie te geven om zo bewuster aan zijn doelen te kunnen werken.

In de breedte is het model vooral gericht op positiviteit en zo is ook de houding van de therapeut. Een positieve benadering zal de ontwikkeling bevorderen waardoor ik het gewenste gedrag van Bas heb beloond. Ik heb gekeken naar zijn mogelijkheden. Daarnaast is het belangrijk om voorspelbaar en duidelijk te zijn. Dit heb ik bij Bas geprobeerd door vooraf de planning van de therapie op het bord te schrijven. Tevens ben ik later in de behandeling met pictogrammen gaan werken omdat hij bij de groep ook met pictogrammen werkt en omdat wij zijn moeder ook hebben aanbevolen om dit te doen. Dit maakt het voor Bas meer

voorspelbaar en herkenbaar. Het sociale milieu kan mogelijk wel aangepast of veranderd worden, waardoor klachten/problemen verminderen. Biologisch is er nog geen oplossing voor de stoornis gevonden.²¹

5.3 Cliënt -centered therapie

Cliënt centered is een stroming die vooral uitgewerkt is door Rogers. In de therapieën staat de cliënt centraal. De ontwikkeling die de cliënt of persoon doormaakt staat centraal. Ik heb van deze stroming gebruik gemaakt omdat het ervaren centraal staat. Het is belangrijk dat Bas zich bewust wordt van zijn handelingen. Bas is tijdens de therapie bewust gemaakt dat hij moeite heeft om zich bijvoorbeeld in te leven in anderen. Pas wanneer je bewust daarvan bent, kun je eraan gaan werken en dit gebeurde bij Bas ook.

Deze stroming benadrukt dat de mens zich gedurende zijn hele leven kan ontwikkelen. De mens wordt niet alleen de eerste levensjaren gevormd, maar zijn hele leven. Voor deze ontwikkeling is de mens zelf verantwoordelijk. Er wordt vanuit gegaan dat de cliënt zijn eigen baas is en ook zijn eigen problemen het beste kent. De cliënt -centered heeft veel vertrouwen in de groeimogelijkheden van het individu. De cliënt moet niet iets onderdrukken, maar krijgt juist de ruimte om zich te ontwikkelen.²²

5.4 Modaliteit 'oefenen (hier en nu)'

Binnen de modaliteit 'oefenen (hier en nu)' wordt geprobeerd om de cliënt oefenend te confronteren met bewegings-/lichaamservaringen. De cliënt krijgt zicht op zijn eigen denken, voelen en handelen en wordt hier tijdens de activiteit als het ware mee geconfronteerd. Problemen worden hierdoor zichtbaar getoond. Het waarnemingsvermogen, belevingsvermogen en gedragsrepertoire wordt vergroot. Het is de bedoeling dat de cliënt in contact komt en blijft met zijn omgeving en/of lichaam. Voor de psychomotorisch therapeut is het bieden van structuur en veiligheid van belang.²³

Binnen de ontwikkelingstaak 'ik versus niet' moest Bas zich bewust worden van wat zijn gedrag teweegbrengt bij de ander. Om Bas meer in relatie tot de ander te laten komen was het voor hem belangrijk om nieuw/ander gedrag aan te leren om zich zo beter in relatie tot de ander te ervaren. Hiervoor heeft hij door middel van oefenen en herhalen nieuwe vaardigheden en gewoontes aangeleerd (Zie ook Bijlage 1, oefening 1, onder 'terugblik oefening'). Bas voelde zich veilig binnen de therapie zodat hij heeft durven oefenen met nieuw gedrag. Er is geprobeerd veiligheid te bieden door de therapie te structureren zodat hij weet wat er van hem verwacht wordt. Het oefenen met 'nieuw' gedrag is voor iemand met PDD-NOS niet makkelijk. Het is nieuw, anders en hij is het niet gewend. Daarom is Bas gestimuleerd en geleid tijdens de therapie om hem zo te steunen. De volgende oefeningen vallen hieronder:

Oefening 1 'ik versus niet ik'

Activiteit: Probeer samen met de therapeut de wip wap in evenwicht te krijgen. Cliënt en therapeut staan samen op een wip wap, de cliënt aan de ene kant en de therapeut aan de andere kant. Probeer de wip wap 10 seconden in evenwicht te krijgen.

Doelstelling: Kijken hoe de cliënt deze activiteit uitvoert. Houdt hij rekening met de therapeut die aan de andere kant staat, overlegt hij met de therapeut, let hij op of de

therapeut het nog leuk vindt of niet. Het is vooral een oefening om te verkennen, hoe hij zich gedraagt in activiteit.

Oefening 2 'ik versus niet ik'

Activiteit: Cliënt en therapeut boksen tegen elkaar. Hierbij hebben ze bokshandschoenen aan. Er wordt gebruik gemaakt van de hele zaal.

Doelstelling: Cliënt tijdens het boksen stil laten staan bij wat zijn handelen teweegbrengt bij de ander. Hoe kan hij zien wat de ander ervan vindt? De activiteit vaak stilzetten om de cliënt te laten oefenen met zijn doelstellingen.

5.5 Modaliteit 'Ervaren (hier-en-nu en daar)'

In deze modaliteit leert de cliënt te experimenteren met gedragsalternatieven en wat de effecten zijn van deze alternatieven op zijn gedrag, in relatie tot zijn omgeving. Het zelfstructurerend vermogen wordt vergroot. Het is de bedoeling dat de cliënt zicht krijgt op zijn eigen gedrag. Voor de psychomotorisch therapeut is het bieden van veiligheid en uitdaging van belang.²⁴

Binnen de ontwikkelingstaak 'vertrouwd/vreemd' is er geprobeerd om meer vertrouwen te krijgen in personen, ook wanneer het onbekenden zijn. Hierin was het doel om zijn innerlijke onrust af te laten nemen. Het oefenen (doen) maakte dat de spanning er wat af ging. Ook was het voor Bas belangrijk om veel te blijven oefenen om nieuwe vaardigheden aan te leren. Door verschillende activiteiten heeft hij kunnen ervaren dat 'onbekende' personen niet meteen onveilig en onbetrouwbaar hoeven te zijn. Ook heeft hij activiteiten gedaan waarin hij beter heeft leren omgaan met onbekende situaties/gebeurtenissen. Als therapeut is een vertrouwde band en een veilig klimaat geschept waarin Bas de ruimte had om te kunnen oefenen. Een sturende attitude was nodig om structuur te bieden. De volgende oefeningen vallen hieronder:

Oefening 3 'vertrouwd/vreemd'

Activiteit: Cliënt loopt parcours met geblindeerde bril. Hij wordt door het parcours geleid door de therapeut.

Doelstelling: Tijdens onverwachte situaties waar je geen controle over hebt, leren vertrouwen op de therapeut.

Oefening 4 'vertrouwd/vreemd'

Activiteit: Cliënt staat tussen therapeut en collega-therapeut in en laat zich rustig naar achteren vallen. Therapeut vangt hem op met zijn handen en duwt hem naar collega-therapeut die hetzelfde doet.

Doelstelling: Leren vertrouwen op mensen, je durven overgeven aan een onverwachte situatie

Oefening 5 'vertrouwd/vreemd'

Activiteit: Cliënt laat zich van een kast afvallen en wordt opgevangen door een 6 tal personen.

Doelstelling: Het leren overgeven aan situaties waar je geen controle over hebt. Ervaren dat 'onbekende' personen te vertrouwen zijn.

Met betrekking tot hechting is bij kinderen met PDD-NOS niet zozeer sprake van een onveilige hechting, maar van een zich vertraagde hechting.²⁵ Bas zegt zich vaak eenzaam te voelen omdat hij weinig vrienden heeft. Hij zou graag vrienden willen krijgen om leuke dingen te gaan doen waardoor hij zich niet meer zo hoeft te vervelen. Bas lijkt nog in de hechtings periode te zitten en is daarom minder bezig met het ontwikkelen van cognitieve vaardigheden en hij is nog niet zo actief in het sociaal met elkaar spelen/omgaan. Hij is meer geïnteresseerd in voorwerpen (computer) dan in mensen. Het zou hem veel zelfvertrouwen geven als hij in een veilige en vertrouwde situatie kan oefenen met manieren van contact maken. Vanuit dit vertrouwen in zichzelf en de ander kan hij zich gaan leren hechten aan de ander.

Bas voelt zich binnen de therapie vertrouwd en veilig. Een vertrouwde en veilige omgeving was essentieel om te durven oefenen met nieuw gedrag.

Door vanuit een veilige plek te leren op zichzelf en de ander te vertrouwen zal het hechten aan anderen minder moeizaam verlopen. Hij heeft ervaren wat de gevolgen zijn van betere manieren van contact maken. Een steunende/leidende en vriendelijk opstelling van de therapeut is van belang. Ook een structurerende en uitnodigende houding werkte goed.

Oefening 6 'hechten'

Activiteit: Bouw een eigen plek in de zaal waarin je, je veilig en vertrouwd voelt.

Doelstelling: Wanneer de spanning (innerlijke onrust) toeneemt, rust zien te vinden door terug te gaan naar jou eigen plek (tijdens oefening 7).

Oefening 7 'hechten'

Activiteit: Cliënt en de therapeut lopen door de zaal en moeten elkaar op verschillende manieren begroeten en voorstellen. Wanneer je het even niet weet of het te spannend vindt, ga je terug naar jou eigen plek.

Doelstelling: Vanuit een vertrouwde relatie oefenen met manieren van contact maken.

Oefening 8 'hechten'

Activiteit: Jacobson

Doelstelling: Proberen puur de aandacht te richten op waar je mee bezig bent, door zich alleen te richten op het lichaam, waardoor lichaamssignalen worden waargenomen. Het verschil voelen tussen spanning en ontspanning, met uiteindelijke doel zich te kunnen ontspannen.

6. Resultaten

In de literatuur staat beschreven, met welke problemen kinderen met PDD-NOS vaak te maken hebben. Deze problemen heb ik behandeld binnen de volgende drie ontwikkelingstaken:

- Ik verus niet ik
- Vertrouwd-vreemd
- Hechten

Tijdens de behandeling van Bas ben ik heel doelgericht aan het werk geweest. Voor Bas was het belangrijk om hem van het begin af aan goede psycho-educatie te geven over PDD-NOS. Dit werkte voor hem heel verhelderend waardoor hij beter leerde begrijpen waarom hij bij de PMT was en aan welke doelen er gewerkt werden. Naast de sessies heb ik Bas huiswerk opdrachten gegeven, ter ondersteuning van de sessies. Met name om de opgedane ervaring in de PMT te integreren in zijn dagelijks leven. Dit werkte niet optimaal voor Bas omdat hij er niet aan dacht om zijn huiswerk te maken. Op school maakt hij ook twee van de drie keer zijn huiswerk niet omdat hij het vergeet.

Na mijn behandeling is er afgesproken om een schriftje bij te houden waarin elke sessie opgeschreven wordt, wat er gedaan is en/of er huiswerk opdrachten zijn. Dit schriftje wordt dan gelezen door groepsleiding en door zijn moeder omdat zijn moeder graag de ontwikkelingen binnen PMT wil volgen. Ook is er sprake van ouder kind PMT, waarin dus Bas met en zijn moeder PMT aangeboden zullen krijgen.

Het is moeilijk om het geleerde binnen de PMT, te koppelen aan andere situaties omdat het voor Bas lastig is om die koppeling te maken. Nu er met het schriftje gewerkt gaat worden zal hier meer aandacht aan besteed kunnen worden omdat er meerder mensen bij betrokken zijn. Die mensen kunnen hem buiten PMT ook aan het werk zetten. Tevens zal er hierdoor onderling meer contact zijn waardoor je ook kunt testen of het geleerde ook in andere situaties is geïntegreerd of nog aan het integreren is.

Vanuit mijn oogpunt is Bas meer te weten gekomen over zijn stoornis waardoor hij vandaar uit doelgericht aan het werk is geweest. Binnen de uitgevoerde activiteiten heb ik een hardwerkende jongen gezien die binnen de PMT gedragsverandering heeft laten zien. Hem tijdens de activiteiten late stoppen en na laten denken over het doel van de activiteit pakte positief uit. Zo zag je dat hij tijdens het boksen wel degelijk rekening hield met mij. Voor een kind met PDD-NOS moet je veel tijd en geduld hebben. Mijn houding straalt rust en geduld uit, alleen is de tijd van de behandeling te kort geweest. Een vervolg met ouder-kind PMT is erg aan te raden en ik vind het erg jammer dat ik dit proces niet meer mee kan maken.

7. Conclusie

De vraagstelling van deze afstudeeropdracht luidt:

“Op welke wijze kan PMT verschillende ontwikkelingstaken van normaal begaafde jongeren met PDD-NOS die vastgelopen zijn en niet meer thuis kunnen wonen positief beïnvloeden?”

De ontwikkelingstaken: onderscheid in ik/niet ik, vreemd/vertrouwd en hechten hebben als leidraad gediend bij de uitgevoerde PMT. Hierbij heb ik wisselende resultaten geboekt. Allereerst is veiligheid en vertrouwen essentieel voor deze doelgroep om te kunnen/durven oefenen met ander gedrag. Hierbij speelt de therapeut een grote rol. Er moet goed contact zijn tussen cliënt en therapeut. Mijn cliënt Bas heeft een redelijk IQ. Dit zorgde ervoor dat hij redelijk snel begreep wat ik als therapeut zei en wat de bedoeling van de oefening was. Het maakte hem leerbaar. Door het bieden van structuur en duidelijkheid had ik een goede band opgebouwd met Bas en kwam hij met veel motivatie naar PMT.

Per ontwikkelingstaak trek ik de volgende conclusie:

- Verbeteren van Ik versus niet ik

De uitgevoerde oefeningen hebben baat gehad voor Bas. In het begin hield hij geen rekening met mij. Door hem telkens te wijzen op zijn gedrag en zelf na te laten denken over mogelijke verbeteringen is Bas zich anders naar mij gaan gedragen. Hij hield tijdens de oefeningen steeds meer rekening met mij. Bas viel soms weer terug in oude gewoontes. Door de oefening kort en duidelijk te benoemen werd het een leerbare situatie voor Bas waardoor er goed geoefend is. Echter door hem hier direct op te wijzen accepteerde Bas mij en voerde de oefeningen correct uit.

- Vreemd/vertrouwd

Door Bas zijn gevoel van eigenwaarde te vergroten (door enthousiasme uit te stralen en hem te belonen bij goed uitvoeren van de opdracht) maar ook door een veilige therapie neer te zetten heb ik vertrouwen gekregen van Bas. De oefening met een voor Bas vreemde begeleider en daarbij ook nog geblindeerd opdrachten uitvoeren was zwaar voor Bas. Hij was nerveus en wilde weten hoe moeilijk de uitvoering van de opdracht zou zijn. Door hem te attenderen op mijn aanwezigheid en hem gerust te stellen kon hij de activiteit oefenen en heeft hij kunnen vertrouwen in de collega die de oefening met hem uitvoerde. Echter het blijft voor deze doelgroep moeilijk om een transfer te maken. De oefeningen heb ik vaak herhaald met soms een andere variatie in het parcours. Zo bleef het ‘onbekende’ spannend voor Bas en leerde hij er beter mee omgaan.

- Hechting

Bas heeft weinig vrienden en heeft dan ook weinig personen waar aan hij zich kan hechten. Om deze ontwikkelingstaak te verbeteren heb ik getracht de sociale omgangsvormen positief te beïnvloeden. Immers om te hechten moet er contact en vertrouwen ontstaan. Ik heb dan ook oefeningen met hem uitgevoerd om het zelfstandig leggen van contacten te stimuleren. Het is echter niet meetbaar gebleken of dit ook tot hechting zal gaan leiden. Hiervoor is de tijd te kort geweest. Ik denk dat sociale vaardigheden zijn te verbeteren door bepaalde themaoefeningen vaak aan te bieden, uitleg erover te geven, opdrachten mee te geven en door het gewenste gedrag te bekrachtigen. Dit kan de vaardigheden voor iemand met PDD-NOS

vergroten. En een korte maar duidelijke uitleg is voor deze doelgroep van groot belang.

Doordat Bas de gevolgen van zijn gedrag niet zo goed inziet is het wel belangrijk dat ondanks het vele oefenen en ervaren je begrenzend blijft. Ook is het belangrijk om positief te blijven. Kinderen met PDD-NOS zijn vaak gewend aan mensen die hen niet begrijpen, en dat levert ze kritiek op. Als therapeut keur je het gedrag van iemand met PDD-NOS niet af. Je leert ze hoe het ook anders zou kunnen.

Mijn conclusie is dat PMT de ontwikkelingstaken Ik/niet ik en vreemd/vertrouwd positief beïnvloed door vanuit contact bepaalde themaoefeningen vaak aan te bieden, uitleg erover te geven en het gewenste gedrag te bekrachtigen. Hechting zal moeten ontstaan of verbeteren door (naast vertrouwen) ook sociale vaardigheden te stimuleren. Door het trainen van sociale vaardigheden kan er meer vertrouwen ontstaan, wanneer er vertrouwen is kan iemand zich gaan hechten.

Door PDD-NOS'ers psycho-educatie te geven wordt het zich meer bewust van zijn gedrag en door dit te bespreken en te koppelen aan passende oefeningen leren ze nieuwe vaardigheden. PMT kan een bijdrage leveren aan het zichzelf beter leren kennen. Waarin een geduldige therapeut essentieel is omdat het een langdurig proces is. Het missen van inlevingsvermogen en het gebrek aan zelfinzicht blijft een lastig punt maar ik ben ervan overtuigd dat je bij PMT vaardigheden kunt trainen.

8. Discussie en aanbevelingen

8.1 Discussie

Ik denk dat ik tevreden mag zijn met de resultaten die ik binnen de PMT geboekt heb. Ikzelf heb gedurende de periode met Bas in de zaal veranderingen zien optreden. Een goed contact, een vertrouwde relatie en duidelijkheid waren de basis van waaruit ik kon werken. Ik ben tevreden over de manier van werken met de methode die gehanteerd is. Door te werken via de modaliteiten heb ik gemerkt dat het voor mij makkelijker en duidelijker is om aan de cliënt zijn doelen te werken.

Deze cliënt was voor mij enorm uitdagend omdat ik vooraf binnen de psychomotorische therapie nog niet veel ervaring had als aankomend psychomotorisch therapeut. Ook waren de ontwikkelingstaken nieuw voor mij. Ik was benieuwd of ik voldoende kennis en vaardigheden in huis zou hebben om deze cliënt te helpen. Binnen deze stage heb ik veel succeservaring opgedaan waardoor ik een stuk zelfverzekerder ben geworden.

Erg vervelend was dat er een aantal sessies uit zijn gevallen vanwege vakantie. Bas moest er dan weer helemaal inkomen, waar veel tijd in ging zitten. Voor een blijvend resultaat is een langdurig proces nodig zodat Bas bepaalde vaardigheden onder de knie krijgt en uiteindelijk ook buiten de zaal toepast. Vanwege zijn beperkte inzicht is de rol van de therapeut hierbij erg belangrijk. De therapeut zal er voor moeten zorgen dat de cliënt(en) snappen waarom een oefening wordt gedaan. Biologisch valt er niets te veranderen, maar in de sociale omgeving wel.

Ondanks dat de wetenschap niet verder komt dan, “het is niet te genezen”, is er wel door training en stimulatie, een goed contact mogelijk met deze kinderen. Ik denk dat kinderen met PDD-NOS zeker leerbaar zijn. Ondanks dat het voor Bas moeilijk was om de koppeling te maken, kon hij het een paar keer wel. Hij kon daarin aangeven waarom hij de oefening deed en waar het goed voor was. In de individuele dagrapportages die over Bas zijn geschreven kon ik niet terug vinden of het geleerde zich ook buiten de zaal vorm heeft gegeven. Het zou mooi zijn om de groepsleidingen van Bas en zijn ouder(s) erbij te betrekken, dan vallen de resultaten beter te controleren als PMT'er. Aan de andere kant helpen de geleerde vaardigheden Bas in ieder geval wel om de wereld meer voorspelbaar te maken zodat hij minder vaak in spannende en lastige situaties terechtkomt. Hierin was het geven van psycho educatie essentieel.

8.2 Aanbevelingen

Voor Bas werkte het heel goed wanneer het doel van de bijeenkomst vaak benoemd werd. Dit schept duidelijkheid waardoor hij wist waar hij tijdens de activiteit op moest letten. Het is belangrijk om het effect van PMT op de ontwikkelingstaken van jongeren met PDD-NOS te toetsen in de praktijk. De PMT is erg persoonlijk. Ieder mens is immers anders en zal zich in de praktijk anders gedragen. Mijn eerste aanbeveling is dan ook om een methode te ontwikkelen aan de hand waarvan meetbaar getoetst kan worden of PMT positieve effecten heeft gehad. Niet alleen tijdens de behandeling maar ook vooral in de situatie waarin de

jongere weer in zijn (al dan niet vertrouwde) huiselijke omgeving komt. Afhankelijk van het gedrag van de jongeren met PDD-NOS kan dan een langer termijn behandelplan worden opgesteld. Ik zou tijd willen reserveren voor bewuste transfers, zodat er ook buiten de zaal bepaalde ervaringen opgedaan kunnen worden. Hiervoor zou ik een samenwerkingsverband met groepsleidingen en anderen betrokkenen willen.

Tijdens mijn stage heb ik getracht voor de verschillende ontwikkelingstaken een juiste PMT behandeling op te stellen voor Bas. Uit de theorie over ontwikkelingstaken leid ik af dat de verschillende ontwikkelingstaken elkaar opvolgen (beginnende met ik/niet ik en eindigend met sociale omgang). Er wordt weinig aandacht besteed aan de onderlinge samenhang van de ontwikkelingstaken. Tijdens de uitvoering van de opdrachten blijkt dat er een grote samenhang bestaat tussen de ontwikkelingstaken. Vertrouwen/vreemd gaat samen met ik/niet ik. Voor beide ontwikkelingstaken heeft de cliënt echter ook sociale omgangsvormen nodig. Mijn aanbeveling zou dan ook zijn om te komen tot een onderbouwing van de samenhang tussen de ontwikkelingstaken en daar ook de PMT op af te stemmen.

Literatuurlijst

- ¹ Martin Rietman & Sonja Scheurs (2008). *Sociale vaardigheden een (k) oud kunstje?*
- ² DSM-IV-TR (2005). Amesfoort, Drukkerij Wilco bv
- ³ Sandra Verbeten (2007 2008). *Diagnostiek, indicatie en behandeling*, reader Windesheim G014
- ⁴ Zie noot 3
- ⁵ Trix Van Lieshout (2002). *Pedagogische adviezen voor speciale kinderen*, Houten: Bohn Stafleu van Loghum
- ⁶ Fred de Vries (2006). *Handboek pdd-nos: 'een storm in je hoofd?'*, Harlingen: Flevodruk
- ⁷ Zie noot 5
- ⁸ <http://www.orthopedagogiek.com/pdd-nos.htm>
- ⁹ Miriam Baltussen, Arjan Clijsen & Yvonne Leenders (2003). *Leerlingen met autisme in de klas, een praktijkgids voor leerkrachten en interne begeleiders*, Landelijk Netwerk Autisme
- ¹⁰ Martine F Delfos (2005). *Een vreemde wereld*, SWP 4^e editie
- ¹¹ Zie noot 10
- ¹² Zie noot 10
- ¹³ Zie noot 10
- ¹⁴ Zie noot 10
- ¹⁵ Zie noot 10
- ¹⁶ Martine Delfos & Marijke Gottmer (2008). *Leven met autisme, zonder verstandelijke beperking*, Houten: Bohn Stafleu van Loghum
- ¹⁷ Zie noot 10
- ¹⁸ Zie noot 10
- ¹⁹ Zie noot 10
- ²⁰ Sandra Verbeeten (2005 2007). *Ontwikkelingspsychopathologie*
- ²¹ Zie noot 20
- ²² Zie noot 20
- ²³ Luuk W Sietsma (2005 2006). *Bewegingsagogie en psychomotorische therapie*, reader Windesheim G006
- ²⁴ Zie noot 23
- ²⁵ Zie noot 16

Bijlage 1

Uitgevoerde sessies met Bas

Oefening 1 'ik versus niet ik'

Activiteit: Probeer samen met de therapeut de wip wap in evenwicht te krijgen. Cliënt en therapeut staan samen op een wip wap, de cliënt aan de ene kant en de therapeut aan de andere kant. Probeer de wip wap 10 seconden in evenwicht te krijgen.

Doelstelling: Kijken hoe de cliënt deze activiteit uitvoert. Houd hij rekening met de therapeut die aan de andere kant staat, overlegd hij met de therapeut, let hij op of de therapeut het nog leuk vindt of niet. Het is vooral een oefening om te verkennen, hoe hij zich gedraagt in activiteit.

Terugblik oefening:

De benaderingswijze is van groot belang voor Bas. Gekozen is voor een ondersteunende en structurerende benaderingswijze. Hierbij wordt geprobeerd zoveel mogelijk aan te sluiten bij de mogelijkheden van Bas. Daarbij was het belangrijk om duidelijk te zijn. Hij heeft de duidelijkheid nodig om te weten wat er van hem verwacht wordt. Wanneer Bas die duidelijkheid heeft, kan hij zijn aandacht daarop richten en is hij heel goed te bereiken. Op de wip-wap was Bas in het begin vooral in zijn eigen wereld. Hij gaf al zijn energie om in zijn eentje de wip-wap in evenwicht te krijgen. Hij maakte geen oogcontact en hij hield tijdens het afstappen nergens rekening mee waardoor er geen evenwicht in de wip-wap werd bereikt. Bas is uit de situatie gehaald en op de bank gezet. Daarna is het doel van de activiteit op het bord geschreven, Samen de wip-wap in evenwicht krijgen. Hij kon deze activiteit niet in zijn eentje doen, dan zou de activiteit niet lukken. Dus hij moest contact gaan maken. Hij heeft rustig mogen nadenken hoe hij dit ging aanpakken. Hij kon uit zichzelf benoemen dat hij oogcontact moest zoeken om te zien of het nog goed ging. Dit kon Bas dan zien aan de gezichtsuitdrukkingen. Ook benoemde Bas dat hij vragen kon stellen om te achterhalen of de oefening nog juist verliep. Om Bas vertrouwen te geven is hij gecompimenteerd met zijn oplossingen. Toen de oefening opnieuw uitgevoerd werd, zocht Bas direct oogcontact. Ook vroeg hij regelmatig of de oefening nog leuk was. Hij gaf zelfs tips om de wip-wap in balans te krijgen. Binnen 30 seconden was de wip-wap in evenwicht. Door deze activiteit vaak te oefenen is Bas in staat om zich nieuwe vaardigheden meer eigen maken.

Oefening 2 'ik versus niet ik'

Activiteit: Cliënt en therapeut boksen tegen elkaar. Hierbij hebben ze bokshandschoenen aan. Er wordt gebruik gemaakt van de hele zaal.

Doelstelling: Cliënt tijdens het boksen aandacht besteed aan wat zijn handelen teweegbrengt bij de ander. Hoe kan hij zien wat de ander ervan vindt? De activiteit vaak stilzetten om de cliënt te laten oefenen met zijn doelstellingen.

Terugblik activiteit:

Tijdens het boksen was de opdracht om te kijken of 'de ander' het nog leuk vind. Voordat de activiteit werd uitgevoerd werd Bas gevraagd hoe hij kon bepalen of zijn tegenstander de

activiteit nog leuk vond. Bas benoemde: naar het gezicht kijken, vragen en door te stoppen. Tijdens het spelen was hij heel bewust met de opdracht bezig. Hij was constant naar de gezichtsuitdrukking aan het kijken en vroeg daarbij of het nog leuk was. Ook als uit de mimiek bleek dat het leuk was maar met gebaren veel angst werd uitgestraald, merkte Bas dit op.

Bovenstaande oefeningen zijn vaak herhaald met Bas. Door telkens duidelijk te zijn en gestructureerd te werken is Bas steeds meer bewust geworden dat hij ook met anderen rekening moet houden.

Oefening 3 'vertrouwd/vreemd'

Activiteit: Cliënt loopt parcours met geblindeerde bril. Hij wordt door het parcours geleid door de therapeut.

Doelstelling: Tijdens onverwachte situaties waar je geen controle over hebt, leren vertrouwen op de therapeut.

Terugblik activiteit:

Tijdens het parcours liet Bas zich makkelijk leiden door de therapeut. Wanneer er onveilige situaties kwamen zag je in zijn lichaam zijn spanning toenemen. Hij leek hier zelf niet bewust van te zijn omdat hij geen hulp vroeg en gewoon door ging. Hij ging bijvoorbeeld op een mat staan die heel wankel ergens op lag. Hij was teveel bezig het parcours te snel te willen aflopen. Door hem hierop te attenderen en uit te leggen dat de opdracht is bedoeld om je te laten leiden door de therapeut waarop je ervaart dat de therapeut te vertrouwen is, voerde hij de opdracht geheel anders uit.

Oefening 4 'vertrouwd/vreemd'

Activiteit: Cliënt staat tussen therapeut en collega-therapeut in en laat zich rustig naar achteren vallen. Therapeut vangt hem op met zijn handen en duwt hem naar collega-therapeut die hetzelfde doet.

Doelstelling: Leren vertrouwen op mensen, je durven overgeven aan een onverwachte situatie

Terugblik activiteit:

Bas kende de collega-therapeut niet, had haar wel eens gezien. Wanneer hij tussen de therapeuten in stond begon hij al wat te lachen. Dit is een zeer passende manier voor Bas, om zijn onzekerheid en spanning weg te lachen. Vooraf het doel van de activiteit uitgelegd en proberen hem duidelijk te maken dat hij met het doel bezig moest zijn. Tijdens het doen lijkt hij in contact te komen met zichzelf en is de spanning goed zichtbaar. Vooral wanneer hij naar voren werd 'geduwd' zag je dat hij zichzelf wilde tegenhouden met zijn armen. De therapeuten lieten voelen dat ze er waren en laten hem niet te ver naar achteren/voren komen. Dit deed hem zichtbaar meer ontspannen waardoor hij zich langzamerhand volledig overliet aan de therapeuten.

Oefening 5 'vertrouwd/vreemd'

Activiteit: Cliënt laat zich van een kast afvallen en wordt opgevangen door een 6 tal personen.

Doelstelling: Het leren overgeven aan situaties waar je geen controle over hebt. Ervaren dat 'onbekende' personen te vertrouwen zijn.

Terugblik activiteit:

Dit was voor Bas een erg spannende activiteit. We hebben deze activiteit in stapjes opgebouwd om hem in een veilige en gestructureerde te laten oefenen en ervaren. In het begin was de kast nog laag waardoor de afstand tussen de kast en de 'opvangers' kort was. Bij het laten vallen zag je de spanning in zijn gezicht. Toen hij goed opgevangen was zag je gelijk een meer ontspannen Bas. Hij leek opgelucht. Geleidelijk aan hebben we de kast steeds een stukje hoger gezet. Deze opbouw werkte voor Bas goed want hij heeft per hoogte gevoelt dat hij goed opgevangen waardoor hij telkens een stapje hoger ging. Hij leek er zelfs plezier in te beleven.

Oefening 6 'hechten'

Activiteit: Bouw een eigen plek in de zaal waarin je, je veilig en vertrouwd voelt.

Doelstelling: Wanneer de spanning (innerlijke onrust) toeneemt, rust zien te vinden door terug te gaan naar jou eigen plek (tijdens oefening 7).

Terugblik activiteit:

Bas wil later graag timmerman worden dus hij is creatief met zijn handen. De opdracht was in het begin nog onduidelijk voor hem omdat hij om een paar voorbeelden vroeg. Nadat de therapeut die had gegeven heeft hij een eigen plek gebouwd met kussen en 2 dikke matten.

Oefening 7 'hechten'

Activiteit: Cliënt en de therapeut lopen door de zaal en moeten elkaar op verschillende manieren begroeten en voorstellen. Wanneer je het even niet weet of het te spannend vindt, ga je terug naar jou eigen plek.

Doelstelling: Vanuit een vertrouwde relatie oefenen met manieren van contact maken.

Terugblik activiteit:

Tijdens het lopen nam Bas weinig initiatief. Hij wist niet goed wat hij over zichzelf moest zeggen en leek ook niet op contact van een ander te reageren. Hij werd op verschillende manieren begroet en werd op verschillende manieren voorgesteld. Dit is bewust gedaan, ook om hem een voorbeeld te geven. Bas had er moeite mee en sprak zijn onrust uit toen hij in zijn eigen plek is gaan zitten. Hij vond het spannend en wist niet goed wat hij over zichzelf kon vertellen. Bas is psycho-educatie gegeven waarin de kenmerken van PDD-NOS hem zijn uitgelegd. Hierbij is hem uitgelegd dat hij het moeilijk vindt om contact te maken omdat dat met zijn PDD-NOS te maken heeft. Het is belangrijk om daar eerlijk over te zijn waardoor hij zichzelf ook beter begrijpt. Hij weet immers dat hij die stoornis heeft maar moet soms wel weer even worden geïnformeerd over de stoornis. Er is geprobeerd de druk wat af te laten nemen door niet meer in de zaal te lopen maar op de bank te blijven zitten. Door eerst de ander wat over zichzelf te laten vertellen was Bas in staat ook over zichzelf te vertellen. Telkens met kleine stapjes om het overzichtelijk te houden. Dit is een aantal keer geoefend en daarna zijn de rollen omgedraaid. Door een rustige, steunende en motiverende houding aan te nemen zag je Bas meer ontspannen en de opdracht goed oefenen. Door het gedrag van Bas positief te stimuleren kreeg hij meer zelfvertrouwen en durfde hij het beter. Ook is hij gecompimenteerd over het feit dat hij wel alles probeert en zich inzet. Omdat deze oefening toch veel spanning bij Bas veroorzaakte is ervoor gekozen om deze oefening kort te houden en er die week erop weer mee door te gaan om zo de herhalingen te laten

terugkomen. Deze ontwikkelingstaak kost veel tijd en geduld. De oefeningen zijn daarom rustig opgebouwd en stapje voor stapje verschillende interventies ingebracht. Door de wekelijkse één op één therapie nam de spanning bij Bas zichtbaar af. Daarin is de structuur die in de therapie aangeboden is, erg belangrijk voor Bas geweest. Hij wist hoe de therapie eruit zag en dit gaf hem duidelijkheid en hij kon zich voorbereiden.

Oefening 8 'hechten'

Activiteit: Jacobson

Doelstelling: Proberen puur de aandacht te richten op waar je mee bezig bent, door zich alleen te richten op het lichaam, waardoor lichaamssignalen worden waargenomen. Het verschil voelen tussen spanning en ontspanning, met uiteindelijke doel zich te kunnen ontspannen.

Terugblik activiteit:

Bas vond het een heerlijke oefening. Hij kon zijn gedachtes goed bij zichzelf en bij zijn lichaam houden. Hij voelde het verschil tussen gespannen en ontspannenheid. Je zag duidelijk dat Bas zich goed kon ontspannen door deze oefening. Er is hem meegegeven dat hij een gedeelte van deze oefening kan toepassen in een gespannen situatie. Bijvoorbeeld om in een gespannen situatie even hele harde vuisten te maken, om vervolgens weer te kunnen ontspannen.

Wanneer hij zich in een gespannen situatie bevindt, is hij zichzelf naar niet bewust van. Wel kan hij, wanneer bijvoorbeeld een leerkracht of groepsleiding hem hierop wijst, deze oefening proberen. Dan moet hij er wel bewust bij stil staan of stilgezet worden.