

Dans kinders, dans!

Een actiegericht onderzoek hoe dans- en bewegingstherapie de vertraagde ontwikkeling positief kan beïnvloeden bij kinderen die te maken hebben met verwaarlozing, armoede en/of het Foetaal Alcohol Syndroom op de ECD centres van The Pebbles Project in Stellenbosch, Zuid-Afrika.



Auteurs: J. Brosens en M.M.H. Gubbels

Studentnummers: 1138189 en 1114093

Begeleidster: Ina van Keulen

Datum: 3 juni 2015

*“Dance becomes a way for children to know themselves
and to see connections with the rest of the world.
Understanding oneself and one’s relationship with
the world is the most important purpose of
dance in preschool (or any other level of education).”
- (Stinson, 1988)*

Inhoudsopgave

Voorwoord	2
Inleiding	4
Hoofdstuk 1: Probleemstelling, vraagstelling en doelstelling	5
1.1 Probleemstelling	5
1.1.1 Aanleiding	5
1.1.2 Rol van het medium.....	5
1.1.3 Doelgroep	6
1.1.4 Zoekstrategie	9
1.1.5 Uiteenzetting van resultaten	9
1.1.6 Noodzaak / relevantie van het onderzoek	11
1.2 Belangrijkste begrippen	11
1.2 Vraagstelling	12
1.3 Doelstelling	12
Hoofdstuk 2: Onderzoeksmethode	13
2.4 Voor- en oriëntatiefase	13
2.4.1 Onderzoeksnetwerk.....	13
2.4.2 Entree als onderzoeker	14
2.5 Diagnostische fase	17
2.6 Ontwikkel- en actiefase	19
2.7 Evaluatiefase	24
2.8 Kwaliteitscriteria.....	25
Hoofdstuk 3: Resultaten	26
3.1 Procesevaluatie	26
3.2 Productevaluatie	28
3.2.1 Wat is de actie en wat is het resultaat hiervan?	28
3.2.2 Dans- en muziekboek.....	30
3.2.3 Voorbeelden dans- en muziekboek.....	31
3.2.4 Workshop in maandelijkse ECD training	39
Hoofdstuk 4: Discussie	40
4.1 Discussie Judith.....	40
4.1.1. Sterkte-zwakteanalyse	40
4.1.2. Interpretatie en verklaring van de resultaten	41
4.1.3. Aanbevelingen voor de praktijk, beroepsontwikkeling en vervolgonderzoek	45
4.1.4 Vertaling naar eigen methodisch handelen	47
4.1.5 Beantwoording van sub-vragen en de vraagstelling	49

4.2 Discussie Maud	50
4.2.1 Verklaring en interpretatie van de resultaten.....	50
4.2.2 Aanbevelingen	55
4.2.3 Reflectie op het onderzoek / sterkte- zwakteanalyse	56
4.2.4 Integratie van de resultaten op het eigen methodisch handelen.....	58
4.2.5 Beantwoording van de vraagstelling	60
Hoofdstuk 5: Samenvatting	62
Literatuurlijst	63
Bijlagen	66
Bijlage 1: PICO-vragen	66
Bijlage 2: Zoekgeschiedenis.....	67
Bijlage 3: Basis motorische vaardigheden	69
Bijlage 4: Feedback Liezl.....	71
Bijlage 5: Evaluatieformulier leerkrachten	72
Bijlage 6: Dans- en muziekboek	73
Bijlage 7: CD Dans- en muziekboek.....	94

Voorwoord

In het vierde jaar van de opleiding Creatieve Therapie hebben we de kans gekregen om naar Stellenbosch, Zuid-Afrika, te gaan. Er was de mogelijkheid om een vervolgproject te doen op het muziekproject van voormalig Zuyd-studenten van 2 jaar geleden. Deze studenten hadden dans- en bewegingstherapie aanbevolen omdat dans en beweging vaak ontstond tijdens het maken van muziek.

Dans wordt vaak gekoppeld aan de cultuur in Afrika. Dit heeft ons enthousiast gemaakt om het afstudeeronderzoek daar uit te voeren. Doordat dit onderzoek in een ander land plaats vond, was de keuze snel gemaakt om dit onderzoek met z'n tweeën uit te voeren. In de maanden februari, maart en april 2015 hebben we gewerkt in de crèches op de wijnboerderijen in Stellenbosch, Zuid-Afrika, bij The Pebbles Project.

Het was een onvergetelijke ervaring waarvoor we een aantal mensen willen bedanken, dit zullen we doen in de taal die zij spreken:

Als eerste willen we Antoinette Tamminga bedanken om de connectie te leggen tussen school en The Pebbles Project. Zij zag mogelijkheden in een vervolgproject waardoor wij de kans hebben gekregen om dit uit te kunnen voeren. Dankjewel dat je ons in contact hebt gebracht met Pebbles en tijd hebt gemaakt voor ons, zowel voor als tijdens ons verblijf in Zuid-Afrika!

Bij The Pebbles Project was Liezl Worship op veel vlakken een hulp en inspiratie bij het onderzoek. Haar expertise hielp ons bij het begrijpen van de cultuur, de kinderen en hun achtergrond. Dear Liezl, *baie dankie* for everything you have done for us. We appreciate the effort and time you gave us helping us with our research. You were a real inspiration for us!

To The Pebbles Project and the teachers of the ECD centres where we worked; Thank you for the opportunity to do our research in your organisation and in the ECD centres. The way you all showed your interest in us and our research, made us feel very welcome and appreciated. A special thanks to Donovan who cheered us up every time he saw us!

Ina van Keulen willen we bedanken voor alle hulp, Skype-gesprekken en professionele begeleiding. Dankjewel voor je interesse en het enthousiasme in ons onderzoek voor, tijdens en na onze terugkomst uit Zuid-Afrika.

Ten slotte en zeker niet minder belangrijk willen we de donateurs bedanken die dit project mogelijk hebben gemaakt. Door jullie bijdrage hebben we materialen voor de crèches kunnen kopen die de leerkrachten kunnen gebruiken bij het dans- en muziekboek en konden wij ons een auto veroorloven om naar de crèches te gaan. Deze lagen vaak ver uit elkaar waardoor vervoer een vereiste was. Door jullie donaties hebben we onze kosten voor de benzine kunnen verlagen. Daarnaast was het door jullie donaties mogelijk om de kinderen een dag mee te nemen naar de zee, die sommige kinderen toen voor de eerste keer zagen. Zonder jullie was dit niet mogelijk geweest, hartelijk bedankt!

Naast alle mensen die hierboven benoemd zijn, willen we ook nog persoonlijk een bedankje schrijven aan iedereen die ons heeft gesteund gedurende deze mooie ervaring en tijdens onze gehele opleiding.

Judith:

Ten eerste wil ik mijn vader, Harry, bedanken. Lieve vake, dankjewel voor alle steun die je me hebt gegeven de afgelopen jaren. Je hebt altijd voor de volle 100% achter mijn keuze gestaan om dans- en bewegingstherapeut te worden. Je hebt nooit het vertrouwen in mij verloren en dat waardeer ik enorm. Dat je me bent komen opzoeken in Zuid-Afrika en hierdoor een deel wou uitmaken van mijn onderzoek, is van onschatbare waarde. Ik ben trots om te zeggen dat ik jouw dochter ben. Ik zie je graag!

Mijn vriend, Tim, voor zijn onvoorwaardelijke liefde. Dankjewel voor al je steun en de momenten waar ik kon lachen, wenen en 'ravotten' bij je! Mijn vriend, mijn maatje, ik hou van je!

Mijn mediumleerkrachten: Jenneke, Ina, Nanon en Simone. Door jullie ben ik kunnen groeien naar de dans- en bewegingstherapeut die ik nu ben. Het is een weg geweest die niet altijd makkelijk was maar

door jullie vertrouwen in mijn capaciteiten heb ik volgehouden en kan ik zeggen dat ik trots op mezelf ben. Dankjewel hiervoor!

Katharina en Katrien, bedank dat ik in jullie huis mocht verblijven tijdens het schrijven van de discussie. Door jullie vragen en interesse heb ik heel wat meer inzichten gekregen in het onderzoek. Bedankt om de dagen te laten beginnen en eindigen met een lach en een knuffel.

Mijn aller, aller, aller liefste klasgenootjes! Ik ben zo blij dat er zo'n hechte band ontstaan is in deze vier jaar. Als ik niet in Heerlen was komen studeren had mijn leven er heel anders uit gezien. Nu heb ik vriendinnen en collega's die mij inspireren op allerlei gebieden! Dankjewel dat ik mij bij jullie kon ontplooien tot de persoon die ik wilde zijn. Een extra dankjewel voor Maud. Ik ben zo blij dat je samen met mij dit avontuur bent aangegaan! We hebben leerrijke, moeilijke maar ook heel mooie tijden beleefd in Zuid-Afrika en tijdens het schrijven van deze scriptie. Het is een periode in mijn leven die ik nooit zal vergeten, dankjewel om hier deel van uit te maken!

Als allerlaatste, mijn lieve, lieve "zusje", dankjewel om mijn grote zus te zijn, ik ben zo trots op je!

Maud:

Als eerste wil ik mijn familie bedanken. Lieve papa, mama, Pim en Melanie; jullie hebben alle keuzes die ik de afgelopen vier jaar heb gemaakt altijd gesteund. Dankjewel voor de inzichtelijke gesprekken, het helpen verhuizen, het controleren van mijn verslagen, de vele knuffels en de onvoorwaardelijke liefde die ik van jullie krijg!

Mijn lieve klasgenootjes wil ik bedanken voor de afgelopen vier jaar waarin we lief en leed gedeeld hebben. Ik heb genoten van de vele momenten waarin we samen hebben gelachen, gehuild, gedanst en geknuffeld. Bedankt ook voor alle fijne gesprekken die we samen hebben gevoerd. Al die mooie herinneringen zullen voor altijd in mijn hart blijven!

De vaktherapeuten van het medium dans en beweging wil ik graag bedanken voor alle inzichten, alle leerzame momenten, de gezamenlijke dansjes en de persoonlijke betrokkenheid bij mijn proces de afgelopen vier jaren. Deze steun heb ik erg gewaardeerd!

Mijn vriendinnen wil ik bedanken voor alle steun, ook tijdens het schrijven van deze scriptie. In het bijzonder wil ik Kristien, Julie en Barbarien bedanken. Dankjewel voor jullie feedback, hulp bij het vinden van de goede woorden, het inzicht geven in mijn proces, de onvoorwaardelijke steun en jullie waardevolle vriendschap.

Als laatste wil ik nog graag Judith, mijn scriptiepartner, bedanken om samen dit avontuur aan te gaan. Het was een avontuur met ups en downs, vele cultuurschokken, veel lachwekkende momenten en samen genieten in het mooie Zuid-Afrika. Dit zal me voor altijd bijblijven. Met een warm gevoel en een grote glimlach zal ik hier aan terug denken!

Iedereen die ons geholpen heeft gedurende dit project, dankjewel allemaal!

Judith Brosens en Maud Gubbels
Juni 2015

Inleiding

Deze scriptie is geschreven in het kader van het afstuderen aan de opleiding Creatieve Therapie dans en beweging aan Zuyd Hogeschool te Heerlen.

Hoofdstuk 1 beschrijft de probleemstelling van dit afstudeeronderzoek. Hierin worden de volgende onderdelen toegelicht: de aanleiding van het onderzoek, de doelgroep, de rol van het medium, een literatuurstudie, de noodzaak / relevantie voor het onderzoek, de vraagstelling en de doelstelling.

Hoofdstuk 2 gaat over de onderzoeksmethode. Hierin worden het onderzoekstype en -methode beschreven. De onderzoeksmethode is volgens de fasen van actiegericht onderzoek ingedeeld: de voor- en oriëntatiefase, de diagnostische fase, de ontwikkel- en actiefase en als laatste de evaluatiefase met de kwaliteitscriteria.

In hoofdstuk 3 staan de resultaten van dit onderzoek beschreven. Hier komen de objectieve resultaten aan bod door middel van proces- en productevaluatie.

Hoofdstuk 4 bevat onze discussies. Om een individuele beoordeling te krijgen, wordt deze door beide apart geschreven. In de discussie wordt het onderzoek gereflecteerd middels een sterkte/zwakte analyse, de resultaten geïnterpreteerd en verklaard en aanbevelingen gedaan voor eventueel vervolgonderzoek. Daarnaast worden de resultaten naar het eigen methodisch handelen vertaald en beantwoord de discussie als laatste de vraagstelling.

Hoofdstuk 5 geeft een samenvatting weer van deze scriptie. Na deze samenvatting is de literatuurlijst te vinden en een aantal bijlagen waarnaar in de tekst wordt verwezen.

Daar waar over bewegingslessen gesproken wordt, bedoelen we ook dans- en bewegingssessies. Met ECD centres wordt hetzelfde bedoeld als crèches. Er is gekozen om de Engelse term te gebruiken omdat ECD centre de oorspronkelijke term is die gebruikt wordt binnen The Pebbles Project. Als er gesproken wordt over een activiteit, wordt hetzelfde bedoeld als een werkvorm. De kinderen zijn in dit onderzoek zowel jongens als meisjes, tenzij specifiek vermeld.

Hoofdstuk 1: Probleemstelling, vraagstelling en doelstelling

1.1 Probleemstelling

1.1.1 Aanleiding

De aanleiding voor dit afstudeeronderzoek begint voor Maud bij de afstudeerpresentatie van Pessies & Simons (2013). Dit zijn twee muziektherapeuten die in 2013 naar Zuid-Afrika zijn geweest voor hun onderzoek. Deze presentatie was indrukwekkend en het idee van een afstudeerscriptie doen in Zuid-Afrika is blijven hangen. Aan het einde van het derde jaar was er een hoorcollege over mogelijke projecten voor de afstudeerscripties. In deze presentatie stond ook een project voor studenten van muziektherapie of dans- en bewegingstherapie: onderzoek uitvoeren met kinderen in crèches in Zuid-Afrika bij The Pebbles Project. Maud en Judith waren beide meteen enthousiast. Toen Maud Judith vroeg of Judith ook zo enthousiast was over het project, wisten we beide dat we het project zouden kunnen realiseren. Na die dag zijn we ons gaan oriënteren op het project en wat het allemaal inhoudt.

Toen Judith het project voorbij zag komen in het college trok het al direct haar aandacht. Haar droom was al sinds de middelbare school om naar het buitenland te gaan voor vrijwilligerswerk. Toen ze over dit project hoorde, was ze meteen overtuigd dat dit haar kans is om die droom waar te maken. Al snel kwam Judith erachter dat haar ervaringen in haar stagejaar en vrijwilligerswerk bij het Speelplein van pas gingen komen. Judith heeft stage gelopen bij GGZ Breburg onder begeleiding van Yvonne de Hoog en Antoinette van Lier. In haar stagejaar heeft ze gewerkt met kinderen en volwassenen die uiteenlopende stoornissen hadden. Judith heeft vooral gemerkt dat ze kinderen en volwassenen, door middel van dans- en bewegingstherapie, een stevige basis kan geven en hen kan helpen om zich verder te ontwikkelen in wie ze zijn en wat ze willen bereiken en doen in het leven. Bij kinderen was de vooruitgang in de therapie het meest zichtbaar omdat ze nog snel leren en gemakkelijk nieuwe gedragingen kunnen aanleren. Hierdoor weet Judith zeker dat ze met dans- en beweging veel kan bereiken bij de kinderen in Zuid-Afrika. Het land staat minder ver in zijn ontwikkeling dan Nederland, waardoor de kinderen ook minder kans krijgen om zichzelf te ontwikkelen. Door hen op jonge leeftijd te helpen, kunnen ze hun 'ik' versterken om daardoor steviger in hun schoenen te staan. Ook heeft Judith gemerkt tijdens haar vrijwilligerswerk, met kinderen uit de achterbuurt, dat bewegen, dansen en sport en spel kinderen goed doet op alle vlakken.

Maud heeft stage gelopen in Brugge bij PTC Rustenburg onder begeleiding van Tomas Madou. Ze heeft hier gewerkt met volwassenen met persoonlijkheidsproblematiek, depressie en/of angststoornis. In deze stage heeft ze geleerd dat dans- en beweging confronterend kan zijn, doch ook ruimte geeft om te ontdekken wie jij als persoon bent en waar je eigen behoeften liggen, om vervolgens deze behoefte te leren uiten en volgen. Maud heeft gedurende een tweetal jaar gewerkt met kinderen op een balletschool. Hier heeft ze peuterdans aangeboden eerst als assistente en later zelfstandig. Hier werd duidelijk dat kinderen ruimte krijgen om zich te uiten door bijvoorbeeld te schreeuwen of te rennen. Ze hadden een plek waar ze dingen mochten die ergens anders niet altijd mogen maar waar kinderen wel behoefte aan hebben.

Het aandeel van Judith en Maud in het project van Pebbles zal vooral gericht zijn op het ontdekken wat dans en beweging kan bieden aan de kinderen op de crèches.

1.1.2 Rol van het medium

Gedurende dit onderzoek maken we gebruik van verschillende methoden en technieken uit de dans- en bewegingstherapie. Dit is een vorm van non-verbale therapie waarbij je jezelf uitdrukt door middel van dans en bewegen. Het lichaam is het middel van expressie en communicatie. De American Dance Movement Therapy Association vertelt over dans- en bewegingstherapie dat cognitieve, sociale, emotionele en fysieke processen met elkaar geïntegreerd worden ("About DMT", z.j.).

Wat betekent dans en beweging in Zuid-Afrika? Uit ervaring weten we dat Afrikanen vaak veel ritme in hun lichaam hebben. Video-opnames van het muziekproject laten zien hoe bewegelijk ze zijn (Pessies & Simons, 2013). In de literatuur is er weinig te vinden over Zuid-Afrika en dans in het bijzonder. Daarom hebben we ons voornamelijk gericht op de doelgroep, namelijk kinderen tussen 3 en 6 jaar.

In meerdere onderzoeken is te zien dat dans en beweging aanslaat bij kinderen. Het helpt hen te ontwikkelen op cognitief, emotioneel, sociaal en fysiek vlak. Volgens Piaget (zoals geciteerd in Thom,

2010) leert een kind, dat nog niet naar school gaat, door fysieke acties en reacties van de omgeving. Kinderen verwerken vervolgens de effecten van deze ervaringen in hun gedrag en hun kijk op de wereld. Het onderzoeken van lichaamsbewustzijn en emotionele expressie bij kinderen zorgt ervoor dat er een betere communicatie ontstaat tussen de lichamelijke gevoelens en de beoordeling ervan. Dans- en bewegingstherapie is hierbij een non-verbale manier van emotionele expressie (Thom, 2010).

Franziska Boas heeft in haar ervaring als dans- en bewegingstherapeute ontdekt dat het belangrijk is om kinderen eerst vrij te laten experimenteren en toe te geven aan hun chaotische impulsen en vormloze expressie. Dit is belangrijk voordat je probeert de creatieve expressie van de kinderen in een vorm, houding of structuur te zetten (Levy, 2005). Doordat kinderen zichzelf beter leren begrijpen, kunnen ze de wereld beter aan.

Simons (2011) heeft beschreven dat de kinderen die zij begeleid heeft in Zuid-Afrika erg beweeglijk waren. In haar discussie vertelt ze dat kinderen spontaan begonnen te bewegen bij ritmische muziek. Volgens Smeijsters (zoals geciteerd in Pessies en Simons, 2011) is muziek in staat om gevoelens op te roepen door middel van activering van het lichaam. Muziek zet dus aan tot lichamelijke beweging. Daardoor wordt het ook mogelijk om gevoelens via lichamelijke expressie opnieuw te laten beleven. Stinson zegt hierover:

Children come to realize that they can make shapes, just as leaves and clouds have shapes; they can move with strength and lightness, just as the wind can move with these qualities. Dance becomes a way for children to know themselves and to see connections with the rest of the world. Understanding oneself and one's relationship with the world is the most important purpose of dance (Dr [sic] any other art) in preschool (or any other level of education) (1988, p.4.).

Volgens Stinson (1988) is creatieve dans of beweging de beste vorm voor kinderen rond de 3 jaar omdat het een vorm is die gebaseerd is op natuurlijke bewegingen. De bewegingen worden niet vastgelegd zoals in een bepaalde stijl, denk hierbij aan bijvoorbeeld hiphop of ballet.

Met dans- en bewegingstherapie wordt er vaak in het hier en nu gewerkt. Daarbij wordt er gekeken naar wat de persoon in het moment laat zien. Als therapeut kan je de bewegingen van deze persoon bestendigen en/of vergroten waardoor er nieuwe bewegingen ontstaan en deze geïntegreerd kunnen worden.

Door het lezen van literatuur werd het duidelijk dat er meerdere methoden zijn om kinderen in beweging te krijgen. Het hangt af van het doel dat de therapeut in gedachten heeft voor de kinderen en voor welke methode gekozen wordt.

Vanuit informatie die verkregen is van Liezl Worship voor de start van het onderzoek is gebleken dat de kinderen op de ECD centres moeite hebben met creatief oplossen en denken (persoonlijke communicatie, 22 oktober 2014). Dans en beweging kan helpen om de creativiteit van de kinderen te prikkelen door het bewegingsvocabulaire uit te breiden en andere manieren te geven om zich uit te drukken.

Als er gekeken wordt wat dans en beweging op educatief niveau kan bieden aan kinderen tussen 0 en 5 jaar, is dit erg veel. Volgens Bertrands, De Medts en Descheppere (2003) wordt er in het onderwijs te weinig aandacht besteed aan bewegingszorg. Terwijl juist via beweging ondersteunend gewerkt kan worden aan de totale ontwikkeling van het kind. Jonge kinderen met bewegingsachterstand kunnen op latere leeftijd op verschillende manieren negatief worden beïnvloed. Wanneer zij bijvoorbeeld niet goed meekunnen door motorische achterstand kunnen ze buitengesloten worden waardoor ze minder kansen krijgen om sociale vaardigheden te ontwikkelen.

Volgens de visie van Rudolf Laban (zoals geciteerd in Preston, 1963) wordt het belang van beweging in het hedendaagse leven steeds meer erkend als een positieve bijdrage aan de opleiding van jonge mensen. Daardoor heeft hij de 'modern educational dance' gevormd. Preston (1963) heeft hier een apart boek over geschreven. Hierin beschrijft ze zes aspecten die handig zijn voor het geven van dans namelijk: methoden van presentatie, inhoudelijke bewegingen, sociale aspect, plaatsing, begeleiding en een link met andere lessen.

1.1.3 Doelgroep

De doelgroep voor het onderzoek zijn de kinderen en de leerkrachten van The Pebbles Project.

De kinderen zijn tussen de 3 en 6 jaar oud en komen uit de omgeving van de Stellenbosch wijnlanden in Zuid-Afrika. Het zijn kinderen van arbeiders die op een wijnboerderij werken en die in een gemeenschap leven. Alcohol misbruik is een groot probleem binnen deze gemeenschappen. Dit

is nog te wijten aan de gevolgen van de Apartheid waarin met het 'dop'-systeem werd gewerkt: arbeiders werden voor 3/4 uitbetaald in alcohol. Het dopsysteem is al een tijd afgeschaft en verboden, maar de gevolgen ervan zijn nog steeds zichtbaar. Overmatig alcohol gebruik is geïntregeerd in de gemeenschappen en daarnaast lijkt drugsmisbruik een steeds groter probleem te worden. Vele arbeiders zijn zich hierdoor ook niet bewust van de schadelijke effecten op hun kinderen. Dit is te zien aan de slechte uiterlijke verzorging van de kinderen en hun grote behoefte aan affectie.

De leerkrachten wonen in het algemeen op de wijnboerderijen waar de ECD centres op gevestigd zijn. Het zijn meestal vrouwelijke werknemers die zelf nooit educatie hebben gehad. De leerkrachten worden door Pebbles zelf geschoold. Er vindt een maandelijkse training plaats waarin ze een programma aangeboden krijgen voor de aankomende maand. Daarnaast krijgen ze tips van Pebbles hoe ze de kinderen kunnen stimuleren en begeleiden tijdens de uitvoering van dat programma.

Problematieken

Omdat de meeste kinderen te maken hebben met armoede, verwaarlozing en alcohol misbruik loopt de ontwikkeling anders en is vaak vertraagd in vergelijking met kinderen die hier niet mee te maken hebben. In de bijlagen zijn de ontwikkelingsstappen van een 3-jarige tot 5-jarige volgens Bertrands, De Medts en Descheppere (2003) te vinden. Om te testen waar deze kinderen in hun ontwikkeling zijn, maken we gebruik van deze ontwikkelingsstappen.

Naast de gewone ontwikkeling spelen ook de culturele en maatschappelijke factoren een rol. Volgens Rigter en Hintum (2013) is het een culturele afspraak welk gedrag we afwijkend en gestoord vinden. Cultuur heeft op twee manieren invloed op de ontwikkeling van het kind. Ten eerste kunnen culturele en maatschappelijke omstandigheden de kans vergroten of verkleinen dat kinderen zich op een bepaalde manier gedragen. Daarnaast kunnen de culturele normen en waarden bij volwassenen de opvatting over het gedrag van kinderen beïnvloeden (Rigter en Hintum, 2013).

Volgens Liezl (persoonlijke communicatie, 27 november 2014), hebben de kinderen tijdens de ontwikkeling veel te maken met verwaarlozing, het foetaal alcohol syndroom en armoede. Hierdoor hebben de kinderen moeilijkheden met taalontwikkeling, auditieve waarneming, lichaamsbeeld, zintuiglijke benadering, ruimtelijk inzicht, etc. Daarnaast zijn de creatieve vaardigheden beperkt. Dit uit zich in een laag creatief vermogen in het abstract denken.

Het Foetaal Alcohol Syndroom (FAS) is de term voor de mentale en fysieke tekortkomingen bij kinderen die tijdens de zwangerschap zijn blootgesteld aan alcohol ("Fasstichting", z.j.). FAS ontstaat als er tijdens de zwangerschap alcohol wordt gedronken. Alcohol heeft invloed op de celdeling van een foetus en kan hierdoor schade toebrengen aan het embryo of de foetus. In het eerste trimester van de zwangerschap kan alcohol leiden tot misvorming van organen, zoals het hart, armen en ogen. In het tweede en derde trimester kan alcoholgebruik leiden tot het achterblijven van de groei en tot neurologische defecten. Doordat het centraal zenuwstelsel zich gedurende de gehele zwangerschap ontwikkelt, kan alcohol daardoor op elk moment schadelijk zijn (Coles, 1994).

Een volledige diagnose voor FAS wordt gegeven als er op drie terreinen afwijking bestaan: een vertraagde groei, gezichtsafwijkingen en neurologische afwijkingen. De kinderen hebben een te laag geboortegewicht, groeien erg traag, hebben een abnormaal klein hoofd en hun lichaamslengte is vaak kleiner dan van hun leeftijdsgenootjes.

De gezichtsafwijkingen die voorkomen bij deze kinderen, zoals te zien in figuur 1 (website Fasstichting), zijn: smalle oogspalten, een vlak philtrum (gootje tussen neus en bovenlip), een dunne bovenlip, een lage neusbrug, lage oren, een smalle kin, afwijkingen aan het gebit en een hoog verhemelte.



Figuur 1

FAS Gezichtsafwijkingen. Verkregen van <http://www.fasstichting.nl/wat-is-FASD.php>

De neurologische afwijkingen worden gekenmerkt door slechte spier- en motorische coördinatie, overgevoeligheid voor tast, geluid en fel licht, een slecht korte- en langetermijngeheugen en moeite met abstract denken en organiseren. De kenmerken in hun gedrag zijn: slecht sociaal functioneren, hyperactiviteit, verstandelijke handicap en autistisch gedrag.

FAS is een chronische aandoening. Sommige afwijkingen veroorzaakt door prenataal alcoholgebruik, zoals groeiachterstand of gezichtsafwijkingen, worden naarmate men ouder wordt minder duidelijk herkenbaar. De neurologische beschadigingen kunnen echter gedurende het hele leven gevolgen hebben (Nederlands Instituut voor Alcoholbeleid, 2010).

The Pebbles Project

In 2004 is The Pebbles Project opgestart met het doel om onderwijs te bieden aan kinderen die hier behoefte aan hebben. Hierbij wordt vooral gekeken naar de kinderen die op een bepaalde manier beïnvloed zijn door alcohol. De hoofdvestiging is in The Westen Cape van Zuid-Afrika (Pebbles History, z.j.). Ondertussen bestaat het project 11 jaar en ligt de aandacht niet alleen op kinderen die beïnvloed zijn door alcohol, maar is de doelgroep veel breder geworden. Het begon met slechts vijf crèches en inmiddels zijn er meerdere crèches die meer dan 850 kinderen begeleiden en onderwijzen (Where we work, z.j.). Het project bestaat uit vijf belangrijke pijlers: gezondheid, voeding, onderwijs, gemeenschap en bescherming. Het project is ervan overtuigd dat wanneer een kind de nodige educatie en hulp krijgt, zijn of haar toekomst positiever is. Zeker wanneer het kind speciale hulp nodig heeft. Hun visie is dan ook om kinderen van alle niveaus uit kansarme milieus onderwijs te bieden, veilige huizen te creëren om in te wonen en om de kinderen te laten leven in goed functionerende en duurzame gemeenten (Vision and Mission, z.j.).

De meeste crèches zijn gevestigd op de wijnboerderijen in Stellenbosch. Ze hebben hiervoor gekozen omdat veel arbeiders met hun kinderen op deze boerderijen leven. Door de Apartheid zijn er veel arbeiders die een alcoholverslaving hebben, wat weer van invloed is op de kinderen. Daarom heeft Pebbles voor deze locaties gekozen.

In 2012 is er een onderzoek uitgevoerd om te kijken wat het werk van The Pebbles Project effectief oplevert. Hierin heeft Antoinette Tamminga (gepensioneerde psychologe) 68 willekeurige leerlingen uit crèches vergeleken met elkaar. De leerlingen zijn tussen de 4,5 en 6 jaar en kwamen uit 3 verschillende groepen namelijk: 27 leerlingen uit een Pebbles crèche, 14 leerlingen uit een andere crèche en 27 kinderen die niet naar een crèche gingen. Deze kinderen werden allemaal getest op hun rekenvaardigheden, leesvaardigheden en sociale vaardigheden. Uit vergelijkingen van de testen kwam naar voren dat de kinderen die naar de crèche van Pebbles gingen hoger scoorden op alle gebieden dan de kinderen uit de andere groepen. Het verschil was voornamelijk groot met leerlingen die niet naar school gingen (Tamminga, 2012).

In 2013 is het onderzoek opnieuw uitgevoerd en deze resultaten zijn vergeleken met de resultaten van 2012. In het vervolgonderzoek hebben ze gekozen om 57 kinderen te testen. Van elke categorie werden evenveel kinderen getest (19 van Pebbles, 19 van een lokale crèche en 19 die niet naar een crèche zijn gegaan). Het resultaat is hetzelfde gebleven. Al is uit de test van 2013 merkbaar dat de kinderen van de Pebbles crèche nog meer ontwikkeld zijn dan kinderen uit een lokale crèche of kinderen die geen opleiding hebben gehad (report Pebbles verslag 2013).

YPO

YPO staat voor Young Professionals Overseas en is een organisatie binnen Zuyd Hogeschool die studenten ondersteunt in het buitenland tijdens het lopen van een stage, of zoals in ons geval een afstudeerproject. Het hoofddoel van het programma is om studenten aan te moedigen en het makkelijker te maken om hun blik op de wereld te verbreden. Je kwaliteiten worden gebruikt om verandering teweeg te brengen en verantwoordelijkheid te krijgen over wat er in de wereld gebeurt. Anne-Marie Sommer is onze contactpersoon bij YPO.

YPO helpt voor vertrek om de cultuur van het land te leren kennen, in ons geval Zuid-Afrika, waaronder de positieve en negatieve aspecten van het land. In Zuid-Afrika is er ondersteuning van Magister. Zij staan voor ons klaar om ons te helpen met het zoeken van onderdak, autoverhuur en als er ter plekke problemen of moeilijkheden ontstaan. Onze contactpersoon hierbij is Nicky van Dyk.

1.1.4 Zoekstrategie

In eerste instantie is er gesproken met meerdere mensen die op een bepaalde manier een connectie hebben met Zuid-Afrika of Pebbles. Zo is er een gesprek geweest met Anne-Marie Sommer (Young Professionals Overseas), Antoinette Tamminga (gepensioneerde psycholoog en vrijwilliger bij The Pebbles Project) en Desiree Simons (Muziektherapeut die bij The Pebbles Project haar afstudeeronderzoek heeft gedaan in 2013). Uit die gesprekken zijn we veel te weten gekomen hoe hun ervaringen met Zuid-Afrika en met The Pebbles Project waren.

Voor dit onderzoek zijn we begonnen met het zoeken naar artikelen over dans- en bewegingstherapie bij of met kinderen. Deze zijn gezocht in databanken en in tijdschriften over vaktherapie. Met de zoektermen 'dans- en bewegingstherapie', 'kinderen', 'dance movement therapy', 'children', 'danstherapie', 'dance therapy' en 'dance'.

Daarnaast hebben we gezocht naar specifieke artikelen over danstherapie in Zuid-Afrika. Hierover was weinig te vinden dat echt relevant was voor dit onderzoek. De zoektermen die hiervoor gebruikt waren, zijn 'dance', 'South Africa', 'African children', 'Zuid-Afrika'.

Om meer te leren over de Zuid-Afrikaanse cultuur hebben we ons verdiept in documentaires, films en reisgidsen. Deze documentaires en films staan op de Blackboardpagina van YPO.

Judith heeft in de schoolbibliotheek handmatig gezocht in het Tijdschrift van Vaktherapie naar Nederlandse artikelen over dans- en bewegingstherapie of psychomotorische therapie met kinderen. Daarnaast heeft ze gezocht verschillende in e-tijdschriften (Arts & Health, Body, Movement and Dance in Psychotherapy: an international journal for theory, research and practice, The Arts in Psychotherapy) naar Engelstalige artikelen. Hiervoor gebruikte ze de bovenstaande zoektermen. Ze merkte ook dat ze het makkelijker vond om een bepaalde zoekterm te gebruiken, bijvoorbeeld 'dance' & 'children'. Dit maakte de zoektocht sneller en makkelijker om te kijken welke artikelen bruikbaar waren.

Maud heeft gezocht via de databanken Cinahl, Igitur, ScienceDirect, Google en Google Scholar naar Engels- en Nederlandstalige artikelen met de zoektermen die hierboven zijn beschreven.

Alle artikelen zijn samengevoegd in één document. Vanuit dit document zijn alle artikelen gelezen en geselecteerd op bruikbaarheid.

Daarnaast is er in de bibliotheek naar informatieve boeken gezocht over lesgeven en dans en beweging bij kinderen.

1.1.5 Uiteenzetting van resultaten

Meerdere onderdelen zijn belangrijk bij het uiteenzetten van de gevonden resultaten. Zo is het belangrijk om over de Zuid-Afrikaanse geschiedenis te vertellen omdat de geschiedenis nu nog een grote rol speelt in het leven van de Zuid-Afkanen (A. Sommer persoonlijke communicatie, 27 juni 2014). De andere onderdelen zijn de kinderen van The Pebbles Project en de leerkrachten.

Geschiedenis van Zuid-Afrika

Aangezien dit onderzoek plaatsvindt in Zuid-Afrika is het van belang om meer over deze cultuur te weten. Vooral omdat het een sprekende geschiedenis heeft. Het rassensverschil heeft een grote invloed op het land. In deze tekst wordt gesproken over zwarte, gekleurde en blanke mensen. Niet vanuit racistisch oogpunt worden deze woorden gebruikt maar omdat deze kleurenscheiding nog altijd gebruikt wordt in Zuid-Afrika.

In Zuid-Afrika was er voor 1994 sprake van Apartheid. Dit hield in dat er een scheiding was tussen zwarte en blanke mensen. De blanken hadden hier de overhand en lieten de zwarte en gekleurde mensen gescheiden wonen in townships. Deze townships bestaan nu nog steeds. Townships zijn woongebieden aan de rand van de stad. Vroeger woonden ze daar vooral in hutjes, nu zijn dat steeds meer gebouwen die gemaakt zijn door de regering (NPO, 1997; BNN, z.j.).

Nelson Mandela speelt in de geschiedenis van Zuid-Afrika een belangrijke rol. Hij streed voor de val van de Apartheid. Dit werd niet geaccepteerd door de regering van toen, waardoor hij 27 jaar lang verbannen was naar Robbeneiland. In 1990 werd hij vrijgelaten door de vele protesten die er waren tegen zijn opsluiting. Na zijn vrijlating werd Mandela leider van de African National Congress (ANC), een politieke partij in Zuid-Afrika. In 1994 werd hij bij de eerste democratische verkiezingen verkozen tot de eerste zwarte president. Hij heeft op dat moment de Apartheid afgeschaft na een duur van 46 jaar (NPO, 1997).

Op dit moment is Jacob Zuma de president van Zuid-Afrika. In het programma Dwars door Afrika van NPO (2014), gaat Bram Vermeulen naar Zuid-Afrika om de leefomstandigheden van het land te bekijken. De tegenstanders van Zuma noemen hem een verrader. Ze vinden dat hij de lijn van

Mandela negatief heeft doorgezet en dat de veranderingen na de Apartheid er niet beter op zijn geworden. Apartheid speelt nog steeds een rol in Zuid-Afrika. Niet meer zo zeer op politiek vlak, maar meer op economisch vlak. Er is weinig werk in Zuid-Afrika. Blanken hebben vaak een baan, maar onder de zwarte en gekleurde bevolking is de werkloosheid erg hoog. Er is sinds kort een nieuwe regeling waarin meer zwarten worden aangenomen, omdat de bedrijven op deze manier extra subsidie ontvangen. Blanken worden hierdoor ontslagen, waardoor er ook voor hen weer minder werk is. Het rassensverschil blijft nog steeds, alleen is de oorzaak verschoven. Toerisme is voor Zuid-Afrika een goudmijn. Tegelijkertijd zorgt het ook voor andere problemen. Een voorbeeld van zo'n probleem is kinderprostitutie (NPO, 2010).

Merwe (2010) spreekt in haar proefschrift over de verschillende culturen in Zuid-Afrika. Deze cultuurinvloeden kunnen niet genegeerd worden. Per cultuur is het verschillend hoe emoties worden uitgedrukt en ervaren. Zuid-Afrikanen ervaren en uiten zich op een andere manier dan Europese mensen, daarbij is er dus ook nog een verschil per cultuur in Zuid-Afrika. Het is belangrijk daar rekening mee te houden tijdens het onderzoek omdat zij zich ook in beweging anders kunnen uiten dan wij gewend zijn vanuit onze ervaringen in de Westerse cultuur.

Kinderen en dans en beweging

Bij dans en beweging bestaat er een onlosmakelijke eenheid tussen innerlijke en uiterlijke beweging. Smeijsters (2008) merkt daarbij op dat bij dans- bewegingstherapie, anders dan bij bijvoorbeeld muziektherapie en beeldende therapie, de verbinding tussen het medium en de gevoelsexpressie hechter is. Thema's of bewegingsmotieven kunnen weliswaar direct of indirect zijn, maar het gegeven dat in het medium gewerkt wordt met het eigen lichaam, maakt dat dans- bewegingstherapie zeer dichtbij komt (van Keulen, 2007). Dans is een universele taal. Iedereen kan het doen, zien en begrijpen. Doordat de moedertaal van de kinderen voor ons onbekend is, is het toepasselijk om met dans en beweging aan het werk te gaan in Zuid-Afrika.

Bij het analyseren van het videomateriaal (Pessies & Simons, 2013) dat verzameld is bij het muziekonderzoek van 2013 bij The Pebbles Project, konden we zien dat de kinderen willen bewegen. Er is voornamelijk gekeken naar de filmpjes waarop drie jongens te zien zijn. Eén jongen valt op door zijn bewegingsgedrag. Zo word hem gevraagd om te gaan zitten en mee te zingen met een zelfgemaakt lied. Al snel is het duidelijk dat hij moeilijk kan stilzitten. Hij begint allerlei bewegingen te maken op de muziek. Zo gaat hij op zijn buik liggen, begint met zijn voeten ritmisch mee te bewegen, daarna gaat hij op zijn rug liggen, etc. Op de bewegelijkheid van de jongen wordt in eerste instantie niet ingegaan. De leerkracht vraagt hem weer te gaan zitten en zoals de rest mee te doen. Op dit moment zou dans en beweging goed kunnen aansluiten.

In hetzelfde filmpje zijn er duidelijk verschillen merkbaar tussen de jongens. Eén jongen komt trager op gang dan de andere jongens. Het lijkt alsof bij hem alles veel trager binnenkomt. Wanneer hij beweegt, doet hij dit voornamelijk door imitatie van de andere jongens. Op meerdere momenten lijkt het alsof hij in zijn eigen wereld zit en dat hij niet meekrijgt wat er in zijn omgeving gebeurt. Wanneer er een instrument bij komt of een duidelijke ritme/beat in de muziek te horen is, lijkt de aandacht veel groter, spanningsboog veel langer en lijkt het erop dat er meer vrijheid is om te bewegen (Pessies & Simons, 2013).

Ongeschoolde leerkrachten en dans en beweging

Het is de bedoeling om in het onderzoek de leerkrachten te betrekken. Daarom is het van belang om te weten hoe ongeschoolde leerkrachten begeleid kunnen worden in dans en beweging. Er wordt niet meer gesproken over 'therapie' omdat er niet verwacht wordt dat de leerkrachten therapie gaan geven als wij weg zijn. De bedoeling is om ze op te leiden tot bewegingsleerkrachten. Dit zijn leerkrachten die de mogelijkheid hebben om dans- en bewegingsactiviteiten aan te bieden aan de kinderen. Op deze manier kunnen ze dit onderzoek en de resultaten daarvan blijven inzetten.

North (1990) vraagt zichzelf af hoe een leerkracht een expert kan worden in het presenteren van uitdagingen om bij kinderen innerlijke reacties uit te lokken met beweging. Zij geeft aan dat het voornamelijk belangrijk is dat de leerkracht denkt in 'bewegingen'. Hiermee bedoelt ze dat de leerkracht niet moet kijken naar de analyse van de beweging maar vertrouwen moet hebben op haar eigen lichamelijke ervaringen met bewegen. Wanneer ze dit kan, kan ze de bewegingen van de kinderen verbinden met haar eigen bewegingen en is ze in staat te voelen, door haar eigen ervaring, wat nodig is om de kinderen verder te brengen. North (1990) zegt ook dat iedereen dit kan bereiken, als ze maar de gevoeligheid en de gewilligheid hebben om terug te gaan naar hun eigen kindertijd en de kinderlijke bewegingen hierbij.

1.1.6 Noodzaak / relevantie van het onderzoek

De relevantie van dit onderzoek begint bij de aanbeveling voor dans- en bewegingstherapie vanuit de afstudeerscriptie van Pessies & Simons (2013). Zij hebben bij The Pebbles Project onderzoek gedaan naar muziektherapie bij deze kinderen. Vanuit hun observatie hebben ze geconcludeerd dat muziek en dans dicht bij elkaar liggen. Muziek brengt de kinderen in beweging. Volgens Simons (2013) lieten de kinderen veel plezierbeleving zien in het dansen en waren er mogelijkheden tot interactie en expressie. Hierdoor ziet ze dans en beweging als raakvlak met deze doelgroep.

Volgens Barbarin (2003) is het belangrijk dat kinderen in Zuid-Afrika hulp krijgen. Kinderen zijn in de eerste drie levensjaren het meest kwetsbaar voor de effecten van hun sociale omgeving. De kinderen kunnen blootgesteld worden aan schadelijke omgevingsfactoren die nog steeds het gevolg zijn van de Apartheid. Veel kinderen leven in townships en kunnen daardoor basisbenodigdheden missen. Hierdoor is kind zijn moeilijk tot niet mogelijk. Wij verstaan onder 'kind zijn' het mogen exploreren, spelen, fantasie gebruiken en interactie aangaan met anderen. De kinderen die leven op de wijnboerderijen in Stellenbosch ervaren dezelfde problemen als de kinderen in townships. Voordat The Pebbles Project begon, hadden kinderen weinig tot geen kans op het krijgen van onderwijs en kind te zijn. De ouders van de kinderen hadden geen geld om vervoer te betalen om naar de scholen te gaan. Pebbles heeft ervoor gekozen om op de wijnboerderijen zelf deze crèches en naschoolse opvang te verzorgen. Hierdoor krijgen vele kinderen nu wel toegang tot onderwijs.

Pebbles is nog volop in ontwikkeling. Dit maakt dat ze open staan voor onderzoek op alle vlakken. Liezl Worship, de coördinator van het 'special needs' programma, verwelkomt ons voor het begin van het onderzoek met open armen. Ze schrijft: *'I am excited about the assistance you can offer us in terms of additional stimulation to our special needs learners'* (persoonlijke communicatie, 22 oktober 2014).

Zoals beschreven in paragraaf 1.3 'rol van het medium' sluit dans- en bewegingstherapie goed aan bij kinderen. Door middel van non-verbale interventies leren kinderen opnieuw of op een andere manier hun creativiteit te ontdekken. De 'creative dance' van Franziska Boas en Blance Evan (Levy, 2005) sluit hier perfect op aan. De ervaring van Evan was dat kinderen zich door beweging en metaforen kunnen uitdrukken op een manier dat niet kan via taal. Aangezien dit onderzoek in een land plaatsvindt waar taal een barrière is, komt beweging goed van pas. Hierdoor kunnen wij als therapeuten zien wat aanslaat en wat niet, zonder hierover in gesprek te hoeven gaan. Daarnaast wordt er voor de kinderen een plek gecreëerd voor alles dat ze niet kunnen zeggen met taal maar wel een rol in hun leven speelt.

Wij, als therapeuten, worden ertoe gezet om terug te gaan naar de kern van ons vak. We worden ertoe gezet om vanaf de basis te beginnen om de leerkrachten en kinderen hierbij te kunnen betrekken. Teruggaan naar de kern van het vak, is voor ons de universele taal van dans en beweging (Nijenhuis, van Bekkum, 2009).

1.2 Belangrijkste begrippen

Dans- en bewegingstherapie

Dans- en bewegingstherapie is een vorm van non-verbale therapie waarbij je jezelf uitdrukt door middel van dans en beweging. Het lichaam is het middel van expressie en communicatie. De American Dance Movement Therapy Association vertelt over dans- en bewegingstherapie dat cognitieve, sociale, emotionele en fysieke processen met elkaar geïntegreerd worden ("About DMT", z.j.).

Vertraagde ontwikkeling

De ontwikkeling van een kind loopt volgens een bepaald patroon. In dit onderzoek wordt met de vertraagde ontwikkeling van een kind bedoeld dat deze zich iets trager of anders ontwikkelt dan zijn of haar leeftijdsgenootjes.

Verwaarlozing

Verwaarlozing ontstaat als de ouders zich niet genoeg bekommeren om hun kinderen waardoor deze niet de aandacht krijgen die ze nodig hebben. Hun behoeften worden niet gezien en daardoor ook niet vervuld.

Foetaal Alcohol Syndroom

Het Foetaal Alcohol Syndroom (FAS) omvat de mentale en fysieke tekortkomingen bij kinderen die tijdens de zwangerschap zijn blootgesteld aan alcohol. Een volledige diagnose FAS wordt gegeven

als er op 3 terreinen afwijkingen bestaan: vertraagde groei, gezichtsafwijkingen en neurologische afwijkingen ("Fasstichting", z.j.).

Early Childhood Development centres (ECD centres)

De ECD centres heeft The Pebbles Project opgezet voor de kinderen in de leeftijd van 0 tot 6 jaar. In deze ECD centres, ook wel crèches genoemd, wordt er les gegeven aan de kinderen, krijgen ze te eten en een plek om te spelen.

The Pebbles Project

Een organisatie die opkomt en zorgt voor de belangen van kinderen van arbeiders die werken op de wijnboerderijen in Stellenbosch, Zuid-Afrika.

Apartheid

Een politiek ondersteunde scheiding tussen de verschillende rassen die tot 1994 heeft geduurd in Zuid-Afrika. De gevolgen van deze Apartheid zijn nog steeds zichtbaar in Zuid-Afrika.

Townships

Townships zijn woongebieden in Zuid-Afrika aan de rand van de steden (krottenwijken). In deze woongebieden kwamen door de Apartheid zwarte en gekleurde mensen gescheiden te wonen. Op de dag van vandaag wonen hier ook veel migranten.

1.2 Vraagstelling

De hoofdvraag voor dit afstudeeronderzoek is:

Hoe kan dans- en bewegingstherapie een vertraagde ontwikkeling positief beïnvloeden bij kinderen die te maken hebben met verwaarlozing, armoede en/of het Foetaal Alcohol Syndroom op de ECD centres in Stellenbosch, Zuid-Afrika, van The Pebbles Project?

De volgende sub-vragen helpen om antwoord te geven op de hoofdvraag:

- Welke methoden / technieken zijn geschikt voor deze kinderen?
- Welke werkvormen sluiten aan bij de kinderen?
- Wat hebben de leerkrachten nodig om voldoende gemotiveerd te zijn om de sessies na ons vertrek door te zetten?
- Hoe kunnen dans- en bewegingsactiviteiten geïmplementeerd worden in het bestaande lesprogramma?
- Hoe kunnen de resultaten van het muziektherapie onderzoek samengevoegd worden met dit onderzoek?

1.3 Doelstelling

De doelstelling van dit onderzoek is: dans- en bewegingstherapie integreren op de crèches in Stellenbosch, Zuid-Afrika, voor de kinderen van The Pebbles Project. Met integreren bedoelen we dat dans- en bewegingstherapie, ook na ons vertrek, deel uitmaakt van het programma voor de kinderen van The Pebbles Project.

Voordat het een deel uit kan maken van het programma moet eerst aan de volgende stappen voldaan worden:

- Onderzoeken welke methoden, technieken en werkvormen van dans- en bewegingstherapie passen bij de kinderen;
- De leerkrachten die met ons samenwerken te betrekken bij de activiteiten, zodat ze gemotiveerd worden dans en beweging verder te gebruiken in hun lesmethoden;
- Het achterlaten van concrete handvatten voor de leerkrachten van The Pebbles Project.

Hoofdstuk 2: Onderzoeksmethode

2.4 Voor- en oriëntatiefase

Bij actiegericht onderzoek is het uitvoeren van het onderzoek het doel, niet de uitkomst of het verbeteren van het eigen professionele handelen (Migchelbrink, 2007). Dit onderzoek vindt plaats doordat het een opdracht is vanuit de opleiding Creatieve Therapie dans en beweging. Zoals eerder vermeld hebben twee jaar geleden twee muziekstudenten bij The Pebbles Project hun onderzoek verricht en kwamen tot de ontdekking dat dans- en bewegingstherapie goed zou kunnen aansluiten bij de kinderen. Dit werd vanuit hun bevindingen dan ook aangeraden voor vervolgonderzoek. De vraag voor dit onderzoek komt dus uit de praktijk. Daarnaast hebben wij, Judith en Maud, als onderzoekers een intrinsieke motivatie om dit onderzoek te doen (Migchelbrink, 2007).

2.4.1 Onderzoeksnetwerk

Om een actiegericht onderzoek daadwerkelijk te kunnen starten en uitvoeren, zijn er meerdere personen of groepen van belang (Migchelbrink, 2007). De verschillende actoren die betrokken zijn bij dit onderzoek, zijn:

De opdrachtgever

Zuyd Hogeschool:
De opleiding Creatieve Therapie op de Zuyd Hogeschool te Heerlen is de opdrachtgever. De afstudeerscriptie is een onderdeel van het vierde jaar en hiermee een vereiste om af te sturen als Creatief Therapeut dans en beweging.

De initiatiefnemer

The Pebbles Project:
The Pebbles Project werkt onder andere op ECD centres in Stellenbosch, Zuid-Afrika. Zij hebben het initiatief genomen voor dit project en de vraag voor dit onderzoek bij de Zuyd Hogeschool gelegd.

De direct betrokkenen

De direct betrokkenen zijn de personen die onderdeel zijn van het probleemveld waar het probleem speelt (Migchelbrink, 2007).

De kinderen en leerkrachten:
Het onderzoek vindt plaats op de 3 ECD centres waardoor de kinderen en leerkrachten hier de direct betrokkenen zijn. De invloed van het onderzoek is op hen het grootste.

Liezl Worship:
Liezl is onze begeleidster binnen het onderzoek. Liezl is een ergotherapeut, de coördinator van het special needs programma en van het baby programma binnen The Pebbles Project.

De probleemhebbers/ probleemdragers

Kinderen van arbeiders:
Het probleemveld speelt zich af op de ECD centres van de wijnboerderijen in Stellenbosch, Zuid-Afrika. De personen die het meeste last hebben van de context waar ze in leven, zijn de kinderen van de arbeiders.

De actieonderzoeker

Judith Brosens en Maud Gubbels:
Studenten aan de Zuyd Hogeschool met afstudeerrichting Creatieve Therapie dans en beweging. Zij voeren het onderzoek uit door middel van sessies met de kinderen, het meenemen van de leerkrachten en het opzetten en achterlaten van een draaiboek.

De indirect betrokkenen

De indirect betrokkenen zijn degene die indirect betrokken zijn bij dit onderzoek en een indirect belang hierbij hebben (Migchelbrink, 2007).

The Pebbles Project:

Het onderzoek heeft niet direct effect op het team, maar wel op hun organisatie. Er wordt iets toegevoegd aan hun organisatie waardoor hun aanbod, en dus de organisatie zelf, uitbreidt.

Ina van Keulen:

Ina is onze scriptiebegeleidster en docente op de Zuyd Hogeschool. Bij het onderzoek ondersteunt zij ons in het proces dat we doorlopen en geeft feedback waar nodig. Tevens is Ina van Keulen docentenonderzoeker binnen KenVak.

Antoinette Tamminga:

Door Antoinette zijn de contacten gelegd tussen The Pebbles Project en Hogeschool Zuyd. Zij is een gepensioneerd psychologe die elk jaar voor 6 maanden in Zuid-Afrika vrijwilligerswerk doet bij Pebbles. Daarnaast ondersteunt zij ons ter plekke door gesprekken over de ECD centres en onze ervaringen.

Young Professionals Overseas (YPO) / Magister:

YPO en Magister zijn indirect betrokken bij het project omdat zij door dit onderzoek nieuwe contacten hebben gelegd voor hun eigen organisatie. YPO helpt ons met voorbereiden, Magister helpt met de huisvesting en het huren van een auto.

De doelsysteemactoren

De kinderen en leerkrachten:

De personen die 'doelwit' zijn van het onderzoek zijn in eerste instantie de kinderen. Er wordt voor hun ontwikkeling een draaiboek gemaakt en achtergelaten. Daarnaast zijn ook de leerkrachten het 'doelwit'. Ze worden meegenomen door ons in de sessies en daardoor zijn ze ook doelwit voor de te realiseren verbeteringen (Migchelbrink, 2007).

De financier en/of sponsor

Dit onderzoek vereist kosten op verschillende manieren. Ten eerste brengt het kosten voor de onderzoekers met zich mee omdat we gaan wonen in een ander land, een vliegticket kopen, een verzekering afsluiten, een kamer betalen, een auto huren en daar ook benzine moeten betalen. Daarnaast zullen in Zuid-Afrika ook materialen gekocht worden om de sessies te kunnen realiseren. Hiervoor is geld ingezameld via een donatiesite. Voornamelijk familie, vrienden en kennissen zijn hiervoor benaderd.

2.4.2 Entree als onderzoeker

De belangrijkste opgave in de voor- en oriëntatiefase is het leggen en opbouwen van contacten. De onderzoekers stemmen zich af op het onderzoeksnetwerk. In deze fase moest het duidelijk worden wat ze wel en niet van ons kunnen verwachten. Naast het opbouwen van deze relaties was het van belang om een beeld te vormen van de problematische situatie (Migchelbrink, 2007).

Op verschillende manieren werd er afstemming gezocht met het onderzoeksnetwerk om tot een gelijkwaardig niveau te komen. Dit is gebeurd met de volgende houdingen en gedragingen die Migchelbrink (2007) aangeeft: belangstelling en interesse tonen in andere mensen; aanvaardend, niet oordelend en respectvol reageren; tactvol zijn in de gesprekscontacten en de omgang; terughoudend zijn met eigen opvattingen en voorkeuren; vertrouwelijk omgaan met persoonlijke informatie.

Bij de eerste bijeenkomst op maandag 9 februari 2015 met Liezl Worship werd besproken wat het doel van dit onderzoek is en wat de verwachtingen ten opzichte van elkaar zijn. Aan haar reactie was te zien dat ze geïnteresseerd was in het project en dat zij en het team benieuwd waren zijn naar de resultaten. In dit gesprek werd besloten dat iedere maandag het programma van die week besproken zou worden. Daarnaast was er elke maandag plaats om indrukken te delen van de week ervoor.

De rest van de eerste week stond in het teken van het bezoeken van de verschillende ECD centres. Hierin werden we geïntroduceerd bij de leerkrachten. Na deze eerste week hebben we vier crèches bezocht en gekozen op welke ECD centres we het onderzoek zouden uitvoeren. Hierbij is gekeken naar de ECD centres die het meeste op elkaar leken qua hoeveelheid kinderen, leeftijdscategorieën (3/4-6 jaar) en de mogelijkheid tot het geven van bewegingslessen.

Crèche A, B en C zijn uiteindelijk uitgekozen omdat deze het meeste op elkaar leken. De ECD centres hebben een letter gekregen om de privacy te waarborgen. Er is gekozen om buiten het onderzoek op crèche D activiteiten aan te bieden. Vanuit de organisatie kwam er de vraag of we ook activiteiten wilden aanbieden op de naschoolse opvang van de wijnboerderij waar Pebbles gevestigd is. Beiden vonden een keer in de twee weken plaats.

In de eerste week werden we voorgesteld aan het team. Hierin hebben wij kort verteld wie we zijn en wat we komen doen.

De officiële planning per week staat in tabel 1. Per week verschilde het of er aanpassingen waren in de planning, bijvoorbeeld door onverwachte omstandigheden. Hierdoor hebben we regelmatig twee crèches op 1 ochtend bezocht.

Tabel 1	<i>Overzicht van weekprogramma</i>				
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
Ochtend	Afspraak Liezl en Kantoor	Crèche A	Crèche B	Crèche C	Kantoor of Crèche D
Middag	Vrij	Kantoor	Kantoor	Kantoor	Vrij of naschoolse opvang

In week twee zijn we alleen naar de ECD centres toe gegaan. De bedoeling van dit bezoek was een eerste kennismaking met de leerkrachten en de kinderen waarin we contacten leggen en werken aan de relatieopbouw. Dit is gedaan door middel van belangstelling te tonen naar de leerkrachten toe en door te spelen met de kinderen.

Op dinsdag 3 maart 2015 was de maandelijkse personeelsvergadering waarbij wij ook aanwezig waren. Hierin hebben we gepresenteerd wie we zijn, wat dans- en bewegingstherapie is en wat het onderzoek inhoudt. Dit is gepresenteerd door middel van een PowerPoint en een voorbeeld van een bewegingsoefening.

Voorlopige uitgangssituatie

Er is op verschillende gebieden geobserveerd. Deze staan per crèche in tabel 2,3 en 4 verwerkt.

Tabel 2	<i>Crèche A</i>
<u>Aantal kinderen</u>	0-3 jaar: 15 kinderen 3-6 jaar: 11 kinderen
<u>Observaties</u>	<i>Verzorging:</i> - Sommige kinderen hebben rotte tanden. Na het ontbijt worden de tanden gepoetst; - Gedurende de dag krijgen ze in de ochtend en de middag te eten. Rond 10 uur krijgen ze een snack. Dit eten wordt verzorgd door Pebbles; - Handen worden voor het eten gewassen; - Meeste kinderen hebben schone kleren aan, sommige versleten kleren (gaten in de kleren); - Snottebellen die uit de neus hangen worden door de leerkracht afgeveegd. <i>Gedrag:</i> - Aanhankelijk; - Vragen om aandacht door o.a. kunstjes te laten zien;

- Als je iets met één kind doet, wilt de rest dat ook doen.

Leerkracht:

- De kinderen noemen de leerkracht 'mama';
- Leerkracht behandelt de kinderen als een moeder. Ze kan zichzelf ook als leerkracht neerzetten;
- Ze zorgt voor een vrolijke en gemoedelijke sfeer;
- Ze moedigt de kinderen aan en geeft ze tegelijkertijd structuur;
- Ze heeft kleuteronderwijzer gestudeerd en heeft zelfstandig de ECD centre opgezet.

Gebouw:

Het is een klein gebouw dat langs een straat ligt waar ze hard rijden maar weinig verkeer is. Er liggen arbeiderswoningen naast de ECD centre. Buiten is er weinig gras en veel zand. Er staat een klimrek en een schommel. Deze zijn in slechte staat. Het hek staat steeds open. De bewegingslessen vinden plaats in de klas zelf, stoelen en tafels worden hiervoor aan de kant geschoven.

Materialen:

Hoepels, knutselspullen, speelgoed, boeken, ballen en muziekinstrumenten.

Tabel 3 *Crèche B*

<u>Aantal kinderen:</u>	0-1 jaar: 4 kinderen 2-3 jaar: 6 kinderen 4-6 jaar: 7 kinderen
<u>Observaties:</u>	<i>Verzorging:</i> • Sommige kinderen hebben rotte tanden. Tandborstels zijn wel aanwezig in het lokaal; • De kinderen hebben veel gaten in de kleren en vaak ook vieze kleren; • Gedurende de dag krijgen ze in de ochtend en de middag te eten. Rond 10 uur krijgen ze een snack. Dit eten wordt verzorgd door Pebbles; • Handen worden voor het eten gewassen; • Wondjes op het lichaam zijn zichtbaar; • Handen en gezicht worden regelmatig gewassen door de leerkracht. <i>Gedrag:</i> • De kinderen vragen veel aandacht; • De kinderen testen ons om te kijken hoever ze kunnen gaan; • De kinderen begrijpen wanneer ze moeten stoppen als er niet meer met ze gespeeld wil worden. <i>Leerkracht:</i> • De kinderen noemen haar 'juffrouw'; • Ze probeert iedereen dezelfde hoeveelheid aandacht te geven; • De kinderen luisteren goed naar de leerkracht. <i>Gebouw:</i> Een nieuw, groot en mooi gebouw dat goed wordt onderhouden. Elke klas heeft een eigen kamer. Daarnaast is er een aparte keuken, wc en een kamer voor de naschoolse opvang. Er is een tuin met een mooi klimrek en een zandbak. Genoeg plek voor de kinderen om te spelen. De bewegingslessen vinden plaats in een ander lokaal dan hun klaslokaal, aangezien hier meer ruimte is. <i>Materialen:</i> Cd-speler, djembé, knutselspullen, ballen, speelgoed.

Tabel 4 *Crèche C*

<u>Aantal kinderen:</u>	0-3 jaar: 5 kinderen 4-6 jaar: 6 kinderen
<u>Observaties:</u>	<i>Verzorging:</i> • De tanden van de kinderen zijn voornamelijk rot, vooral de bovenste en voorste tanden; • Sommige kinderen ruiken niet fris; • De meeste kleren zien er redelijk tot goed uit; • Gedurende de dag krijgen ze in de ochtend en de middag te eten. Rond 10 uur krijgen ze een snack. Dit eten wordt verzorgd door Pebbles; • Handen worden voor het eten gewassen. <i>Gedrag:</i> • Aanhangelijkheid verschilt per kind; • De kinderen hoeven niet steeds kunstjes te laten zien, vragen minder aandacht dan op andere crèches; • Als je iets met één kind doet, wilt de rest dat ook doen; • Groot verschil in leercapaciteit tussen de kinderen. Helft van de klas heeft een achterstand in de ontwikkeling. <i>Leerkracht:</i> • De kinderen noemen haar 'juffrouw'; • Ze heeft meestal aandacht voor alle kinderen. Haar zoontje, die in haar klas zit, wordt af en toe voorgetrokken; • Ze heeft weinig geduld bij de 'probleemkinderen'. <i>Gebouw:</i> Een klein gebouw tussen de huizen van de arbeiders. Er is een grote tuin waar de kinderen kunnen spelen. Er is een zandbak, een klimrekje en een schommel gemaakt van banden. Onder het afdak staan tuinbanken. Deze zijn onstabiel en niet meer heel. Er is in het gebouw één ruimte voor de lessen, één keuken en één ruimte waar de bedden staan van de kinderen. De bewegingslessen vinden plaats of in de naschoolse opvang of in het lokaal zelf waar tafels en stoelen aan de kant worden geschoven. <i>Materialen:</i> Ballen, Cd-speler, speelgoed, hoepels, muziekinstrumenten, knutsel en werkspullen.

2.5 Diagnostische fase

In de diagnostische fase wordt volgens Migchelbrink (2007) geprobeerd om een zo compleet en diepgaand mogelijke diagnose te maken. Een diagnose is een gezamenlijk oordeel, waarin vastgelegd wordt wat er volgens alle betrokkenen aan de hand is. Hierbij wordt vanuit zoveel mogelijke invalshoeken verschillende aspecten van de bestaande Ausgangssituation door onderzoekers en betrokkenen gezamenlijk geëxploreerd. Het is belangrijk dat hierbij iedereen het met elkaar eens is en niemand bezwaar heeft tegen de gemaakte diagnose.

Om tot deze gezamenlijke diagnose te komen is er gewerkt met participerende en niet-participerende observatie. Participerende observatie houdt in dat je als onderzoeker zelf deelneemt aan de ervaring die onderzocht wordt. Hierdoor worden de ervaringen van de onderzoeker gedeeld met die van de onderzochte. Niet-participerende observatie is het omgekeerde hiervan en staat de onderzoeker zoveel mogelijk buiten de ervaring (Migchelbrink, 2007).

In de sessies zijn er activiteiten aangeboden waarbij steeds één iemand deelnam (participerend) en één iemand observeerde langs de zijkant (niet-participerend). Er is ook gewerkt met niet-participerende externe observaties. In dit onderzoek was dit het opnemen van de sessie met een videocamera. Door sessies op te nemen, konden we deze later bekijken waardoor de interpretaties van het moment gecontroleerd konden worden.

Naast observeren is er ook gebruik gemaakt van de onderzoeks- en dataverzamelingstechniek ondervragen. Een ondervraging is een vorm van een gesprek waarbij één persoon de vragen stelt aan één of meerdere personen (Migchelbrink, 2007). Individuele ondervraging is voornamelijk gebruikt. Deze ondervragen vonden plaats met de leerkrachten na de sessies, in bijeenkomsten met Liezl en Skype-gesprekken met Ina. De kracht van individuele ondervraging is dat je dieper kunt ingaan op het gespreksonderwerp. Hierdoor kan gekeken worden naar de non-verbale communicatie zoals gezichtsuitdrukkingen en lichaamshoudingen (Migchelbrink, 2007).

We kwamen erachter dat elk ECD centre overeenkomsten en verschillen met elkaar had, door de (niet-) participerende observaties, het ondervragen en het aanbieden van steeds dezelfde activiteiten op de verschillende ECD centres. Deze verschillen zorgden voor een andere focus bij de kinderen per ECD centre. Dit kwam doordat op elke ECD centre andere omstandigheden aanwezig waren, waaronder grote van het gebouw, aantal kinderen, de leerkracht, etc. Deze overeenkomsten en verschillen zijn uitgewerkt in tabel 5 en 6.

Tabel 5 *Overeenkomsten van de ECD centres*

- De leerkrachten helpen met de vertaling van de oefeningen;
- Er wordt tijd en ruimte gecreëerd voor het uitvoeren van de activiteiten;
- Veel kinderen hebben te maken met een onstabiele thuissituatie, zoals verwaarlozing, alcohol en drugs misbruik, geweld en armoede;
- De kinderen lijken niet te weten hoe ze liefdevol naar elkaar kunnen zijn. Het ontvangen en geven van liefde lijkt lastig;
- Het moment dat er ontspanning in de lichamen wordt toegelaten, is de pijn van hun gezicht te lezen en het verdriet voelbaar;
- Wanneer wij meedoen in de activiteit, zijn de kinderen het liefste allemaal aan onze zijde. Hierdoor lijkt de nood aan affectie zichtbaar te worden;
- Er is veel imitatie aanwezig. Sommige kinderen kiezen eigen bewegingen terwijl andere voornamelijk imiteren;
- Herhaling zorgt voor enthousiasme en het beter/makkelijker uitvoeren van de oefening;
- Tijdens de activiteiten is er plezierbeleving aanwezig;
- Wanneer er spanning wordt toegevoegd aan de oefening, zijn de kinderen enthousiast en is er een hoge concentratieboog aanwezig.

Tabel 6 *Verschillen tussen de ECD centres*

Crèche A:

In vergelijking met de andere ECD centres:

- Een grotere variëteit in leeftijd;
- Het klaslokaal is klein voor de hoeveelheid kinderen;
- De groep werd opgesplitst in tweeën bij het aanbieden van de activiteiten;
- De leerkracht is vaak maar in één van de twee groepen aanwezig, langs de kant lacht ze vaak en moedigt ze de kinderen aan.

Focuspunten die hieruit zijn ontstaan:

- Ontdekken van eigen mogelijkheden;
- Rust vinden bij zichzelf en in de ruimte.

Crèche B:

In vergelijking met de andere ECD centres:

- Veel meer (speel-)ruimte om de activiteiten uit te voeren;
- Meer structuur vanuit de leerkracht waardoor er rust heerste in de groep;
- Wanneer er bewogen wordt, gaan de kinderen vaak dicht tegen elkaar staan.

Focuspunten die hieruit zijn ontstaan:

- Individualiteit.

Crèche C:

In vergelijking met de andere ECD centres:

- De kinderen hebben een korte spanningsboog, zijn snel afgeleid en zijn hierdoor moeilijker te benaderen;

- De leerkracht laat duidelijk voorkeuren zien voor bepaalde kinderen. De kinderen die moeilijker kunnen leren, worden negatiever benaderd dan de slimme kinderen;
- De kinderen worden met een harde hand aangepakt. De positieve aandacht lijkt afwezig.

Focuspunten die hieruit zijn ontstaan:

- Affectie;
- Structuur.

De overeenkomsten en verschillen zijn samen met Liezl besproken. Pebbles wou geen twee aparte boeken, aangezien het muziekprogramma al bestond. Liezl kwam toen met het idee om een dans- en muziekprogramma te maken dat uit drie delen bestaat. Hierin worden de dans- en muziekactiviteiten samengevoegd. De drie delen zijn: een beginnersdeel voor baby's, een intermediair deel voor de kinderen op de ECD centres en een gevorderd deel voor de naschoolse opvang. Dit hele programma maken in de tijd die we hadden, was niet mogelijk. Er is besloten om dit onderzoek alleen te baseren op de ECD centres omdat het onderzoek hier al plaatsvond. De andere twee programma's zijn voor eventuele opvolgers. Na het gesprek met Liezl hebben we aan de leerkrachten gevraagd wat zij zagen als focuspunten in hun ECD centre. Dit kwam overeen met bovenstaande focuspunten.

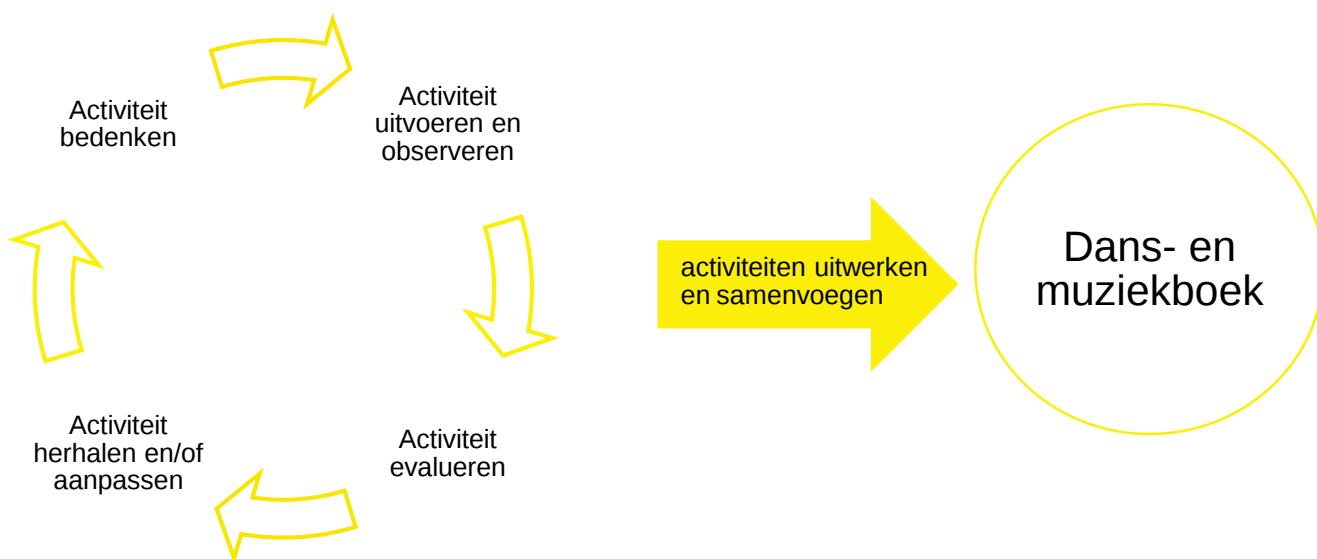
De gezamenlijke diagnose die gesteld kan worden na de verschillende sessies en besprekingen: een dans- en muziekboek met CD samenstellen waar alle ECD-leerkrachten van The Pebbles Project gebruik van kunnen maken.

2.6 Ontwikkel- en actiefase

In de ontwikkelfase wordt volgens Migchelbrink (2007) een plan gemaakt voor het verbeteren van de bestaande situatie. In deze fase staat de volgende vraag centraal: 'Wat moet en kan er gebeuren om te komen tot de gewenste situatie?'. Het bedenken van het verbeteringsplan leidde in dit onderzoek tot het direct uitvoeren van de ideeën. Ons product is hierdoor al handelend gecreëerd. De ontwikkel- en actiefase liggen in dit onderzoek dicht bij elkaar en zijn niet los van elkaar te zien. In de actiefase wordt het gemaakte verbeteringsplan namelijk uitgevoerd. In de uitvoering zit het handelen en monitoren van de voortgang van de actie én het reflecteren en evalueren op de actie (Migchelbrink, 2007).

In de diagnostische fase is besloten om een dans- en muziekboek samen te stellen om tot de gewenste situatie te komen. De gewenste situatie in dit onderzoek is het positief beïnvloeden van de vertraagde ontwikkeling van de kinderen op de ECD centres.

In de voor- en oriëntatiefase is al duidelijk geworden waar, wanneer en met wie we de bewegingslessen gingen uitvoeren. Hierdoor bleef de vraag over hoe we deze bewegingslessen gingen aanpakken en vormgeven. Er is vervolgens gewerkt met figuur 2 om tot het dans- en muziekboek te komen.



Figuur 2

Het cyclisch proces van het dans- en muziekboek

Bovenstaand proces is telkens gebruikt om tot het uiteindelijke dans- en muziekboek te komen. Elk begin van de week stond het *bedenken van activiteiten* centraal. De ene week werd de activiteiten bedacht door Maud en de andere week door Judith. In de diagnostische fase zijn de motorische vaardigheden van de kinderen getest en verder ontwikkeld. Deze vaardigheden zijn getest volgens de ontwikkelingsstappen van Bertrands, De Medts en Descheppere (2003). Zoals vermeld in 1.1.5 'uiteenzetting van resultaten' staan deze ontwikkelingsstappen in bijlage 4. In de ontwikkelfase is er gekeken waar de behoefte van de kinderen lag en is hierop ingespeeld. In deze fase is er meer gewerkt met leiden en volgen, ontspanning en vrije dans. De laatste twee weken is er voornamelijk gewerkt met wat er in het moment gebeurde. Hierbij kwam steeds een vaste structuur terug. Deze structuur begon met het uiten van energie en eindigde in rustigere dans- en bewegingsoefeningen.

Na het bedenken van de activiteiten, werden deze *uitgeprobeerd* op de ECD centres. De persoon die de activiteit had bedacht, voerde deze ook uit. De andere zat aan de kant te *observeren* en zorgde ervoor dat de videocamera klaar was voor gebruik. Daarnaast keek de observator voornamelijk wat er in de groep en individueel gebeurde.

Saunders, Lewis en Thornhill (2007) spreken over welke rol 'waarneming' in je onderzoek kan spelen als methode om gegevens te verzamelen. In dit onderzoek is de persoon langs de kant een waarnemer als participant, omdat de onderzoeker langs de kant observeert en geen invloed heeft op wat er gebeurt. De persoon die de sessie leidt, is participant als waarnemer omdat deze tegelijkertijd onderzoekt en deelneemt aan de activiteiten. Migchelbrink (2007) noemt dit participerende en niet-participerende observaties.

In alle ECD centres zijn dezelfde soort activiteiten aangeboden waarbij het belangrijk was om steeds open in de activiteiten te stappen. Elke ECD centre had een andere aanpak nodig en als onderzoeker kon je zo beter afstemmen op de daadwerkelijke situatie van dat moment. Door er open in te stappen was er plaats voor improvisatie en voorbereiding van de voorbedachte activiteit. De verandering in activiteit was per ECD centre anders waardoor er meer variaties en mogelijkheden waren bij één activiteit en hierdoor het dans- en muziekboek uiteindelijk meer uitbreidingsmogelijkheden bevat.

Tijdens de activiteiten werden de leerkrachten erbij betrokken. Vertrouwd raken met de dans- en bewegingsactiviteiten en hoe deze aangeboden werden, was een belangrijk onderdeel in het onderzoek. Het betrekken van de leerkrachten is gebeurd door middel van het aangaan van een gelijkwaardige relatie en de leerkrachten te stimuleren bij het bedenken en uitvoeren van de activiteiten. In de diagnostische fase hielpen de leerkrachten voornamelijk met de taal. In de ontwikkel- en actiefase lag het accent meer op het participeren en af en toe de leiding nemen bij de activiteiten. Dit heeft voornamelijk plaatsgevonden in crèche B. In crèche A en C was het moeilijker de leerkrachten te stimuleren om te participeren bij de activiteiten.

Na het uitvoeren van de activiteiten werden deze geëvalueerd. Dit werd gedaan zoals eerder verteld in de diagnostische fase via drie verschillende invalshoeken: participerende, niet-participerende en niet-participerende externe observaties.

Wanneer de leerkrachten bij de activiteit betrokken waren, werd er naar hun observaties gevraagd. Na deze meningen bij elkaar gebracht te hebben, is er gekeken of de activiteit *aangepast* moest worden voordat deze in het dans- en muziekboek toegevoegd werd. Als de activiteit aangepast werd en/of nog niet klaar was voor het dans- en muziekboek werd deze activiteit *herhaald* in de ECD centres.

Jaminé (2008) vertelt dat herhaling een gevoel van zelfcompetentie geeft bij kinderen. Vanuit dat gevoel groeit de zin om creatief te zijn. Ze vertelt vanuit de Sherborne methodiek dat kinderen niet gaan experimenteren met materie die ze zelf niet voldoende beheersen. Daardoor is herhaling belangrijk om te kunnen groeien. Dit was terug te zien bij de kinderen. Wanneer ze voor de eerste keer een activiteit deden, was dit vaak nog stuntelig en ongemakkelijk. Wanneer de oefening vaker werd herhaald zag je hun zelfvertrouwen en creativiteit groeien. Dit kon uiteindelijk groeien tot het zelf leiden van de activiteit.

Als er terug gekeken wordt op het gehele proces hebben we als onderzoeker meerdere rollen gehad. Er is data verzameld en geanalyseerd, geprobeerd om de leerkrachten te betrekken in de activiteiten en we zijn therapeut geweest in de sessies.

Voorbeeld proces

Om meer duidelijkheid te geven over het gebruik van de cyclus, is hieronder een activiteit uitgewerkt. De activiteit heet in het dans- en muziekboek 'swinging in the blanket'.

Bedenken

Na vele actieve activiteiten gedaan te hebben met de kinderen, wilden we uitproberen wat rust zou kunnen betekenen voor hen. In het boek over de Sherborne methodiek stond een activiteit met een deken (Jaminé, 2008). Het kind wordt in de deken gelegd en heen en weer gewiegd. De kinderen kunnen door deze activiteit leren gewicht af te geven, anderen te vertrouwen en spanning los te laten.

Uitvoeren en Observeren

De eerste keer is deze activiteit uitgevoerd op crèche B. Voordat we begonnen met deze activiteit, hebben de kinderen de kans gekregen hun energie te uiten door te bewegen op actieve muziek. Ze werden na het bewegen op muziek, gevraagd om te doen alsof ze slapen. Door de kinderen richting de lage laag, oftewel de grond, te laten gaan, ontstond er al meer rust. De leerkracht kwam erbij liggen. Na een tijdje werd de deken erbij gepakt en kreeg iedereen om de beurt de kans om in de deken te gaan liggen. Iedereen hielp om de deken op te tillen en het kind in de deken heen en weer te wiegen. Hierdoor leren ze voor elkaar te zorgen, want ze ondersteunen letterlijk het lichaam van iemand door de deken vast te houden. Ieder kind is hierin ook even belangrijk. In het moment is er een activiteit achter het wiegen uitgevoerd. Het kind in de deken werd voorzichtig terug op de grond gelegd, de deken werd om hem/haar heen geslagen en vervolgens legde iedereen zijn handen op het kind of wreef over het kind. De kinderen waren stil, luisterden en hadden aandacht voor elkaar. Ze leerden liefdevol en met respect om te gaan met het lichaam van iemand anders. Tijdens de activiteit kwam er veel verdriet vrij. Deze was voelbaar en zichtbaar op hun gezicht; bij één kind begon namelijk de onderlip te trillen.

Evalueren

Na deze activiteit waren wij en de leerkracht zelf ook ontspannen, net als de kinderen. De week erna vertelde de leerkracht dat de kinderen de hele dag nog rustig waren geweest. Het effect van het wiegen was zichtbaar door: na de oefening bleven ze op de grond, in de lage laag, zitten en maakten geen aanstalten om weg te gaan, terwijl andere keren de kinderen al snel het lokaal uit waren. Na het evalueren van de activiteit, werd er besloten om de activiteit ook uit te proberen op de andere crèches. Het doel van deze activiteit, rust en ontspanning creëren, was namelijk behaald op deze crèche.

Aanpassen & herhalen

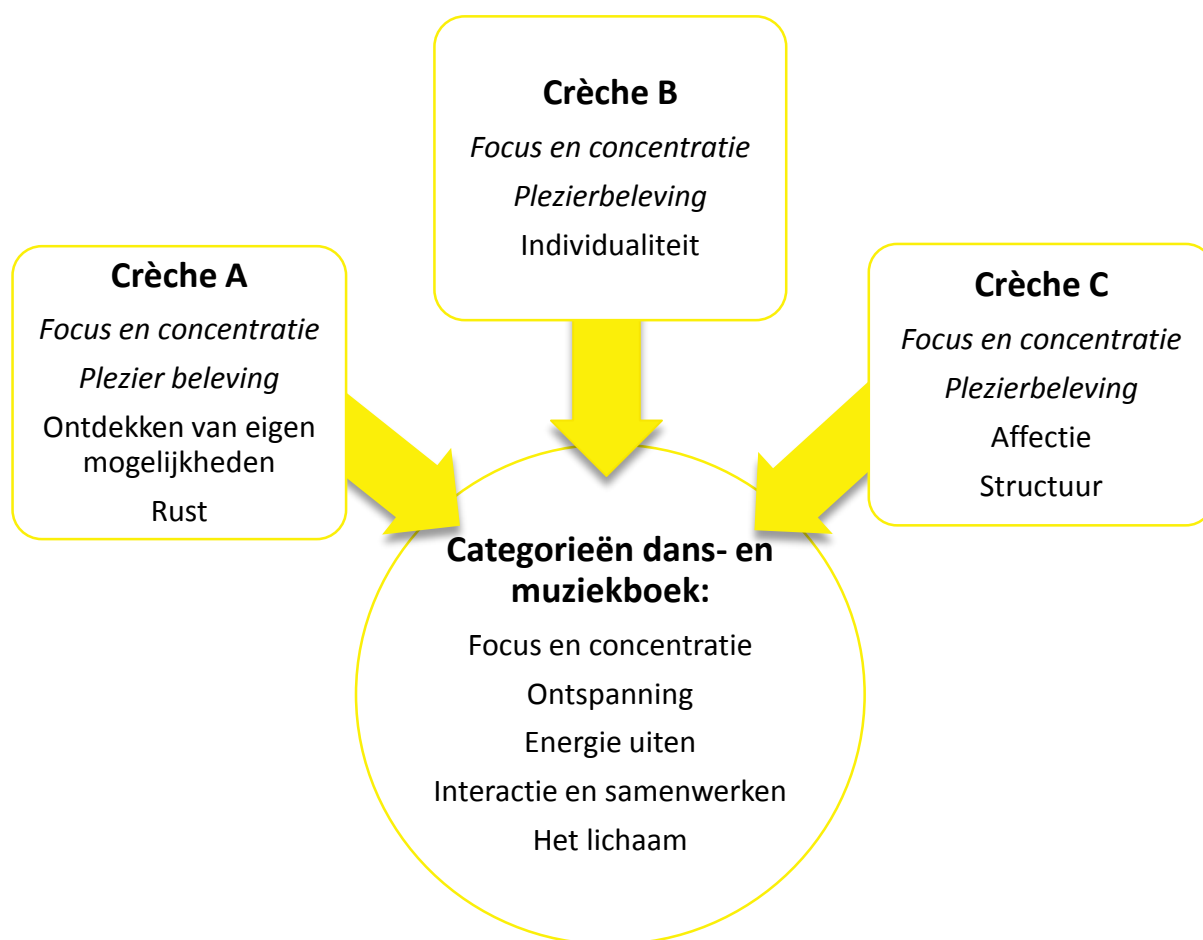
Op elke crèche was een andere sfeer op het moment van uitvoering en daardoor een ander resultaat. De overeenkomsten waren dat de kinderen allemaal in de lage laag bleven en er leek meer rust te zijn na de activiteit. Er waren meerdere verschillen: op crèche A was er een kind die niet in de deken wilde. Daarnaast zorgde het in de groep van de jongste kinderen voor een groepscohesie die normaal ontbreekt. De kinderen op crèche B leken het makkelijkste te kunnen ontspannen bij deze activiteit. De leerkracht bij crèche B deed als enige leerkracht mee met de activiteit. Op crèche C bleven de kinderen praten, hadden ze weinig aandacht voor elkaar, bleven niet bij de deken staan en schopten tegen het kind in de deken.

De activiteit is aangepast voor het dans- en muziekboek. De activiteit is in twee delen gesplitst: de activiteit waarin het kind wordt gewiegd in de deken en de activiteit waarin het kind liefdevolle aandacht krijgt terwijl het in een deken ligt. Hierdoor hebben de leerkrachten een keuze bij het aanbieden van de activiteiten. Ze hoeven niet beide activiteiten achter elkaar te doen. Zo kunnen ze zelf kiezen hoeveel tijd ze eraan willen besteden, aangezien de activiteit veel vraagt van de concentratie van de kinderen.

Categorieën

Na twee maanden op deze manier activiteiten aan te bieden, te observeren en gesprekken te hebben met Liezl werd het duidelijker met welke thema's er voornamelijk gewerkt is geweest bij de ECD centres. Deze thema's waren de volgende; het leren focussen en concentreren, het leren rustig worden en het gevoel hebben van er te mogen zijn, het leren van energie te uiten in een veilige omgeving, leren samenwerken en het lichaam leren kennen en leren wat je allemaal met het lichaam kan in beweging. Deze thema's zijn uiteindelijk omgezet in vijf categorieën voor het dans- en muziekboek. Deze zijn focus en concentratie, ontspanning, energie uiten, interactie en samenwerken en het lichaam. In figuur 3 geven we schematisch weer hoe dit eruit ziet. Doordat de categorieën

duidelijk waren, konden we de laatste maand de activiteiten nog meer richten op de vijf categorieën en het vormgeven van het dans- en muziekboek. Deze categorieën worden hieronder toegelicht.



Figuur 3
Trechter categorieën.

Focus en concentratie

De kinderen op de ECD centres konden erg chaotisch zijn. Ze hadden een korte concentratieboog en waren vaak erg druk. Hierdoor zijn er activiteiten bedacht waarbij ze leren focussen en gewerkt wordt aan het oefenen van een hogere concentratieboog.

Stinson (1988) zegt dat wanneer kinderen eenmaal geleerd hebben hoe te focussen in dans, dit een voorbeeld is voor andere activiteiten waarin focussen moeilijker is. Dit was te zien in de sessies. In het begin hadden de kinderen voornamelijk een focus als de activiteit spannend gemaakt werd. Een paar sessies later was er zichtbaar vaker concentratie aanwezig, zelfs als de activiteit minder spannend was. In de klas zag je dit ook terug komen. Wanneer de kinderen werkten in de klas hadden ze meer focus op hun eigen werk en minder op de anderen.

Ontspanning

De kinderen hadden vaak veel energie, terwijl ze moe leken. Hierdoor zijn er activiteiten bedacht waarbij de focus op ontspanning lag. Wanneer we deze activiteiten aanboden, zagen we al snel dat hier niet alleen ontspanning bij kwam kijken. Maar ook het gevoel van liefde krijgen, het leren lief zijn naar anderen toe en het er mogen zijn met al je emoties. Het was te zien hoe belangrijk het voor de kinderen op de ECD centres is om aandacht en liefde te krijgen. Dit zochten ze ook steeds op. Doordat we aandacht en liefde gaven, leek het de kinderen meer zelfvertrouwen te geven.

Bij de relaxatie- of ontspanningsactiviteiten is er dus gewerkt op twee niveaus. Het leren controleren van hun innerlijke impulsen en hierdoor meer rust en stilte creëren. En daarnaast een plaats geven waar het veilig genoeg is om emoties uit te kunnen drukken.

Preston (1963) vertelt hierover dat rustig zijn, stil liggen en bewust worden van die rust een moeilijke taak is voor kinderen met beperkte impulscontrole. Op het moment dat kinderen leren rustig te blijven,

kunnen ze leren hun impulsen te beheersen. Na een tijd, wanneer ze een taak moeten maken in de klas kunnen ze dit meer geconcentreerd doen.

Als je kijkt naar de activiteit met de deken, dan wordt het kind letterlijk gedragen door anderen. Dit helpt hun om de emoties los te laten die ze niet willen dragen of niet zouden moeten dragen. Zo ontwikkelen kinderen het gevoel dat ze mogen vertrouwen op hun lichaam, zowel alleen als bij een ander.

Energie uiten

Soms waren de kinderen zo enthousiast en energiek dat ze niet in staat waren om iets anders te doen, dan deze energie vrij te laten. Voor kinderen is het belangrijk om een plaats te hebben om vrij te kunnen zijn. Vaak wanneer kinderen hun energie in de klas uiten, krijgen ze negatieve aandacht van de leerkracht. Hierdoor zijn er activiteiten aangeboden waarbij ze hun energie in een gecontroleerde situatie kunnen uiten en de ruimte hebben om zichzelf te zijn. Al snel was duidelijk dat wanneer de kinderen hun energie hadden geuit dat er dan pas meer plaats kwam voor ontspanning, concentratie, samenwerking, etc.

Wanneer kinderen vrij bewegen, krijgen ze volgens Thom (2010) een kans om lichaamsbewustzijn te ontwikkelen. Tijdens deze momenten leren kinderen dat alle bewegingen die ze maken goed zijn en plezierig kunnen zijn. Vrije dans geeft kinderen de kans om op muziek te dansen zonder verantwoording te geven over hun bewegingen. De acceptatie van alle bewegingen zorgt ervoor dat een kind makkelijker de intuïtie volgt en de signalen in het eigen lichaam kan volgen in plaats van externe oorzaken te zoeken.

Interactie en samenwerken

Het is lastig voor kinderen om samen te werken met een leeftijdsgenoot. Het is wel belangrijk om dit te leren omdat ze uit zichzelf nog niet weten hoe dit moet. Door met elkaar en/of in dezelfde ruimte te dansen, leren ze zich bewust worden van anderen, respect te tonen voor de bewegingen van anderen en leren ze het verschil tussen persoonlijke en gezamenlijke ruimte. Door samen te bewegen, leren ze elkaar en de verschillen tussen elkaar te herkennen en te erkennen.

Volgens Preston (1963) is bij jonge kinderen de wisseling van aandacht bij zichzelf naar een ander een grote stap. Dit heeft tijd nodig. De belangrijkste twee stappen hierin zijn het met interesse kijken naar een ander bewegend kind en erachter komen dat dingen samen doen plezier geeft. Dit was terug te zien wanneer de kinderen in het onderzoek de leiding kregen om een beweging voor te doen. In het begin van het onderzoek werd er nauwelijks naar elkaar gekeken. Op het einde van het onderzoek was er meer ruimte voor de persoon die de beweging leidt om zijn bewegingen te laten tonen, de rest van de groep kon hier beter op focussen en bewoog mee.

Lichaam

Het lichaam heb je altijd bij je en wordt altijd gebruikt in dans en beweging. Kinderen leren door imitatie en door zelf te doen. Hierdoor is er zowel bewust als onbewust met het lichaam gewerkt. De kinderen op de ECD centres leren in de lessen al over de verschillende lichaamsdelen. Volgens Preston (1963) is het leren over de verschillende lichaamsdelen even belangrijk als het leren bewust zijn van je lichaam. Het lichaam wordt in het dans- en muziekboek als aparte categorie gebruikt om bewust met het lichaam bezig te zijn. Wanneer je danst, voel je wat er in je lichaam gebeurt. Dit is niet vanzelfsprekend, het is één ding om te bewegen en weer een ander om de beweging echt te voelen. Wanneer je als kind nooit geleerd krijgt om naar je lichaam te luisteren, is dit moeilijker wanneer je ouder bent.

Volgens Stinson (1988) is lichaamsbewust zijn voor verschillende punten belangrijk:

- Het kennen van je lichaam: dit is belangrijk voor de groei van het globale zelfbeeld ("wie ben ik"). Het lichaam is het eerste dat we kennen. Bewust worden van je lichaam is een belangrijk onderdeel van jezelf kennen en liefhebben.
- Emoties en gevoelens: Lichaamsbewustzijn is ook een belangrijke stap in het gewaarworden van gevoelens. Gevoelens bestaan niet alleen in ons hoofd maar ook in het lichaam. Wanneer we boos, verdrietig of opgewonden zijn voelen we dat in ons hele lichaam.
- Het ontwikkelen van ruimtelijke oriëntatie: kinderen die hun eigen ruimte van hun lichaam niet kennen botsen vaak tegen dingen, schatten afstanden vaak verkeerd in of weten helemaal niet waar ze zijn. Weten waar je ben is een deel van weten wie jij bent.
- De ontwikkeling van (nieuwe) motorische vaardigheden: Het moment dat je kinderen nieuwe dingen leert, doen ze dit met hun lichaam. Ze ontwikkelen en groeien sowieso. Als je motorische

vaardigheden oefent met kinderen zullen ze steeds nieuwe dingen leren en de vaardigheden die ze al hebben verder ontwikkelen.

De laatste actie: ECD training

De leerkrachten van de ECD centres krijgen elke maand een training. Deze training duurt een hele ochtend. Ze krijgen het programma voor de komende maand, tips hoe ze iets kunnen aanbieden, uitleg over vaardigheden die de kinderen moeten leren en leveren administratiepapieren in. Om een idee te krijgen hoe deze training werd gegeven, hebben we een ECD training bijgewoond in de ontwikkelfase. Hier viel op dat er vooral plaats was voor de leuke ervaringen van de afgelopen maand. De ruimte om pijn, verdriet of andere emoties te delen, leek er niet te zijn. Daarnaast leken de leerkrachten niet echt geïnteresseerd en leken ze gewenste antwoorden te geven. Alleen de manager van de ECD centre in Wellington gaf als enige les op een manier waardoor de leerkrachten er écht bij betrokken waren.

Na het bijwonen van de training hebben we besloten zelf ook een training te geven over het dans- en muziekboek. Dit was de laatste actie die we bij Pebbles hebben uitgevoerd voor ons vertrek. We wilden de leerkrachten zelf laten ervaren wat dans en beweging kan bieden, voor hen en voor de kinderen. Een eigen ervaring is sterker en geeft meer motivatie dan alleen een boek of beelden.

Het dans- en muziekboek was niet op tijd voor de training vertaald en de CD nog niet gekopieerd. Hierdoor kon dit nog niet aan alle leerkrachten gegeven worden. Ondanks dat deze taken niet af waren, bleef vanuit Pebbles toch de vraag om informatie over het boek te delen met de leerkrachten. De training duurde één uur en bestond uit de volgende twee delen:

- Evaringsgerichte activiteit

De leerkrachten kregen de bewegingservaring die de kinderen ook hebben gehad in de drie maanden dat we activiteiten op de ECD centres hebben aangeboden.

- Presentatie

Door middel van filmpjes uitleg geven over de vijf categorieën in het dans- en muziekboek.

2.7 Evaluatiefase

Evaluatieonderzoek kan in de verschillende fases van een actieonderzoek worden ingezet (Migchelbrink, 2007). Evalueren betekent op waarde schatten: de waarde of kwaliteit bepalen. In dit hoofdstuk beschrijven en beargumenteren we hoe dit onderzoek is geëvalueerd.

Er zijn twee gebieden waarop het beoordelen van de evaluatie betrekking kan hebben: de uitkomst of het resultaat van de actie en het verloop of proces van het handelen. In dit onderzoek wordt gebruik gemaakt van beide gebieden: proces- en productevaluatie.

Procesevaluatie is het volgen, beschrijven en beoordelen van de verschillende onderdelen van het onderzoek. Hieronder verstaat Migchelbrink (2007) de gang van zaken en het gebeuren tijdens het handelen. Er zijn gegevens verzameld door middel van sessieverslagen om het handelen te onderzoeken. Mede door deze sessieverslagen is het handelen te volgen.

Er is gebruik gemaakt van productevaluatie omdat er een product uit het onderzoek is gekomen. Productevaluatie is het volgen, beschrijven en beoordelen van de uitkomst of de resultaten van de acties. In dit onderzoek is er een dans- en muziekboek ontstaan wat geëvalueerd is geworden door persoonlijke communicatie.

Binnen dit onderzoek heeft er met meerdere personen evaluatie plaatsgevonden. Met de leerkrachten is er geëvalueerd aan de hand van open gesprekken en evaluatieformulieren. Door gesprekken te voeren met de leerkrachten is er plaats voor hun inbreng en feedback waardoor bijstelling van het plan en van het handelen mogelijk is. In de evaluatieformulieren zijn drie gebieden van belang: de activiteiten, de kinderen en hun eigen ervaring. Per gebied zijn er meerdere open vragen gesteld om een duidelijk beeld te krijgen van hun observaties.

Met Liezl heeft een gesprek plaats gevonden waarin het product en het proces geëvalueerd werd. In het gesprek zijn er vragen gesteld ter verduidelijking. Op het einde van het onderzoek heeft ze via de e-mail feedback gestuurd. Deze is te lezen in bijlage 4.

De evaluaties met de andere medewerkers van The Pebbles Project vonden plaats door middel van informele gesprekken. Hierin werd voornamelijk onze bijdrage aan de organisatie geëvalueerd aan de hand van het product en onze houding.

Naast evaluatiegesprekken en formulieren, is er ook geëvalueerd aan de hand van de gemaakte video-opnames. Door verschillende soorten observaties in en na de sessies was het mogelijk om de gekozen activiteiten te evalueren voordat ze in het dans- en muziekboek kwamen.

2.8 Kwaliteitscriteria

Om de kwaliteit van het onderzoek te testen, wordt gebruikt gemaakt van kwaliteitscriteria. Hieronder staat beschreven hoe wij hieraan proberen te voldoen.

De samenwerking met Liezl was belangrijk voor dit onderzoek. Zij gaf ons alle ruimte om ideeën uit te voeren en met haar te bespreken. Deze ruimte hebben wij zoveel mogelijk gebruikt. Het contact met haar was heel open waardoor er eerlijk met elkaar kon worden gecommuniceerd. Haar ambitieuze ideeën gaven inspiratie voor de opzet van het dans- en muziekboek.

Zonder de samenwerking met de leerkrachten hadden wij ons onderzoek niet kunnen uitvoeren. Zij maakten ruimte in hun lesprogramma zodat wij activiteiten met de kinderen konden doen. Hun feedback heeft een verschil gemaakt in het maken van het dans- en muziekboek. De feedback-momenten waren vaak positief, waarin we open stonden voor kritiek.

Om de organisatie zelf op de hoogte te houden van ons onderzoek, hebben we in deze samenwerking een tweetal presentaties gegeven. In de eerste presentatie gaven we uitleg over dans- en bewegingstherapie en onze doelstelling voor het onderzoek. In de tweede presentatie hebben we de resultaten voorgelegd.

Door op deze manieren de bevindingen voor te leggen aan de betrokkenen, was er 'member checking' aanwezig binnen dit onderzoek. Aan de hand van hun reacties en feedback, kwamen we te weten of de interpretaties en conclusies ook in hun ogen voldeden aan de werkelijkheid (Baarda, 2013).

Voor het veranderingsproces is het belangrijk dat er reflectie plaatsvindt. Elke maandag was er een bijeenkomst met Liezl. Daar werd gereflecteerd op de ervaringen die de week ervoor plaatsvonden. Dit vond plaats aan de hand van de samenvattende verslagen. Samen met de leerkrachten is er gereflecteerd op de sessies door naar hun feedback te vragen. Na elke sessie reflecteerden we samen op de activiteiten en observaties.

Om onze aannames en interpretaties te controleren hebben we gebruik gemaakt van verschillende kennisbronnen. Volgens Migchelbrink (2007) is het namelijk van belang om meerdere kennisbronnen te raadplegen als men de kwaliteit van het actiegericht onderzoek wil handhaven. Tijdens dit onderzoek zijn er verschillende soorten literatuur gebruikt (boeken, artikelen en internetpagina's). Daarnaast was de expertise van Liezl en Ina een belangrijke bron van kennis voor dit onderzoek. Door de interpretaties niet te laten afhangen van slechts één waarneming en het op zoek gaan naar aanvullende literatuur, is er gebruikt gemaakt van triangulatie (Baarda, 2013).

Er wordt verwacht dat de verzamelde kennis bruikbaar is voor de dagelijkse handelingssituatie (Migchelbrink, 2007). Door het achterlaten van het dans- en muziekboek kan er gebruik gemaakt worden van onze kennis, ook al zijn we niet meer in Zuid-Afrika. Het dans- en muziekboek is gemaakt zodat iedereen er gebruik van kan maken. Als de leerkrachten meer informatie over het boek willen, kan dit ook terug gevonden worden achter in het boek.

Volgens Migchelbrink (2007) moet een onderzoek transparant zijn. Dit wil zeggen dat de stappen, technieken en methoden helder beschreven en verantwoord moeten worden. Om dit onderzoek zo transparant mogelijk te maken, zijn alle sessies en bijeenkomsten gedocumenteerd en de sessies op videocamera vastgelegd.

Door gebruik te maken van opnames gedurende de sessies, kunnen er kritische vragen worden gesteld over hetgeen gebeurd is. Op deze manier zorgen we ervoor dat er zo nauwkeurig en zorgvuldig mogelijk wordt omgegaan met aannames. Door de keuze te maken voor één therapeut en één observator waren we niet op dezelfde manier betrokken bij de activiteiten. Dit vergrootte de kritische blik aangezien er vanuit twee verschillende standpunten gekeken werd naar de situatie.

Door de sessies vast te leggen in een logboek, is er gewerkt aan de verantwoording van het onderzoek. Door bij te houden wat er per dag gebeurd is, waar en met wie kunnen we de verschillende stappen in het onderzoekstraject onderbouwen en verantwoorden.

Hoofdstuk 3: Resultaten

In dit hoofdstuk beschrijven en beargumenteren we hoe het onderzoek is geëvalueerd. Dit doen we aan de hand van proces- en productevaluatie. Volgens Migchelbrink (2007) wordt het volgen, beschrijven en beoordelen van de verschillende onderdelen of stappen van het handelen benoemd als procesevaluatie. Productevaluatie is het volgen, beschrijven en beoordelen van de uitkomst of de resultaten van de acties. Migchelbrink (2007) stelt hierbij de volgende vragen: wat heeft het onderzoek opgeleverd? Is dit in overeenstemming met de verwachtingen en/of gestelde doelen?

We hebben gebruik gemaakt van de volgende bronnen bij het evalueren:

- | | |
|--|-------------------|
| 1. Sessieverslag Crèche A | 1a. Video-opnames |
| 2. Sessieverslag Crèche B | 2a. Video-opnames |
| 3. Sessieverslag Crèche C | 3a. Video-opnames |
| 4. Samenvattend verslag voor Pebbles per week | |
| 5. Aantekening van de bijeenkomsten met Liezl | |
| 6. Aantekeningen Skype-gesprekken / e-mailuitwisseling met Ina | |
| 7. Video opnames training met leerkrachten | |
| 8. Evaluatieformulier leerkracht Crèche A | |
| 9. Evaluatieformulier leerkracht Crèche B | |
| 10. Evaluatieformulier leerkracht Crèche C | |
| 11. Feedback van Liezl | |
| 12. Draaiboek 'Ons gaan muziek maak' | |

3.1 Procesevaluatie

In de procesevaluatie zijn de verschillende bronnen geanalyseerd via procesmonitoring. Bij procesmonitoring worden continue gegevens verzameld over belangrijke elementen van de uitvoering. Hierdoor kan er steeds gekeken worden of de uitvoering van een behandeling naar wens verloopt of dat er op sommige onderdelen een correctie nodig is. Het voorkomen dat de uitvoering van het handelen zich in een ongewenste richting ontwikkelt, is de doelstelling van procesmonitoring (Migchelbrink, 2007). Uit de analyse van deze bronnen zijn er vier categorieën gevormd: afstemming, creativiteit, samenwerking en therapeutische attitude.

Afstemming

Bij afstemming wordt er gezorgd dat dingen bij elkaar passen. Therapeutische afstemming is de manier waarop de therapeut inspeelt op dat wat er gebeurt in de sessie. In dit onderzoek vond afstemming plaats binnen de groepscohesie, de sfeer, de individualiteit van de kinderen, de activiteiten, de leerkrachten en de ruimte waar in gewerkt werd.

Er was ruimte voor de kinderen om de weg van de sessie te bepalen zonder dat de therapeut het doel uit ogen verloor. In bron 1a, 2a en 3a is zichtbaar dat de therapeut bewegingen van de kinderen overneemt en andersom. In bron 4 is dit ook terug te lezen. Door de kinderen ruimte te geven in de sessies was er mogelijkheid tot het uitbreiden van de activiteiten in het dans- en muziekboek. In het onderzoek is ook afstemming van de kinderen op elkaar terug gekomen. In bron 3 wordt geschreven over een kind dat moeilijk lijkt af te stemmen op zijn klasgenoten.

De groepscohesie bepaalde hoe de groep op het moment van de sessie was en welke activiteit de therapeut kon uitvoeren. Dit geldt ook voor de sfeer. Belangrijk in het geven van de sessies was de afstemming op het niveau van de groep. Week 5 van bron 4 beschrijft dat op crèche A groep 2 moeilijkere oefeningen nodig lijkt te hebben dan groep 1.

Afstemming was ook nodig in de ruimte waarin gewerkt werd. We hebben namelijk een verschil ervaren tussen het werken in een grote en kleine ruimte. De leerkracht van crèche C heeft dit verschil ook ervaren want zij schreef op het evaluatieformulier: *'my klaskamer was baie klein so ek dink volgende keer moet ons die naskool gebruik want dit het meer spasie'* (bron 10).

Samenwerking

In dit onderzoek heeft er op verschillende niveaus samenwerking plaatsgevonden. Er vond samenwerking plaats met de leerkrachten en met The Pebbles Project.

Binnen Pebbles heeft er vooral veel samenwerking plaats gevonden met Liezl. We bespraken de problematieken van de kinderen en de observaties van de sessies. Daarnaast was zij onze eerste contactpersoon. Als zij iets niet kon regelen, werden we doorverwezen naar iemand anders van Pebbles (bron 5). Er is voor het team een presentatie gegeven waarin het dans- en muziekboek

gepresenteerd werd. De feedback van Liezl hierop was: *'You were able to extend ideas by thinking more creatively and making the programme much more specific and context related. Well done! The video snips were especially meaningful in illustrating your points and I thought that this worked very well and complimented your research findings and feedback to the group'* (bron 11).

De leerkrachten waren elk op hun eigen manier betrokken. De leerkracht van crèche A had veel positieve aandacht voor de kinderen (bron 1, 1a). Ze had een duidelijk beeld over de kinderen en observeerde veel. In de sessies zat ze langs de kant, hielp ze met vertalen of was ze met iets anders bezig op de crèche en hierdoor afwezig in het lokaal. Ze wilde niet deelnemen aan de sessies omdat ze zichzelf te dik vond (bron 1). In haar feedback zegt ze dat we goed met kinderen zijn maar met momenten strenger mogen zijn (bron 8).

Op crèche B werden we door de leerkracht geholpen met vertalen als we hierom vroegen. Deze leerkracht heeft het onderzoek van twee jaar geleden meegemaakt waardoor ze bekend was met muziektherapie en enthousiast was om van ons te leren (bron 2). In de laatste weken hebben we haar gevraagd mee te bewegen. In bron 1 en 4 is beschreven hoe ze in het begin verlegen was maar gedurende de sessie steeds losser kwam en inspeelde op wat de kinderen nodig hadden (bron 1a). In bron 9 beschrijft ze de reactie van de kinderen in en na de sessies: *'most of the kids discipline is better. They are more calm and more focus'*.

In bron 4 is regelmatig over de leerkracht in crèche C te lezen dat ze niet aanwezig was. Van de 7 sessies was ze er 4 aanwezig. Hierin heeft ze geholpen met de vertaling, zat langs de kant waar ze tegelijkertijd iets anders deed of maar vijf minuten aanwezig was. De andere 3 sessies was ze afwezig. Daarnaast kregen wij vaak het gevoel dat ze niet eerlijk was tegen ons, ook dit is in bron 4 terug te lezen. Het team van Pebbles was ook bekend met dit gevoel. Het was lastig om haar bij de sessies te betrekken. Daarentegen is ze in bron 10 enthousiast over ons project en schrijft ze *'Vir my was dit altyd lekker as julle gekom het, want ek het julle geselskap baie geniet en ook die lessie saam die kinders. Sodra die musiek aan gaan begin die kinders dans, spring, skree en hulle geniet dit'*.

Creativiteit

Met de categorie creativiteit wordt de creativiteit bedoeld die opgewekt werd bij de kinderen.

Creativiteit is bij deze jonge kinderen in hun situatie niet altijd vanzelfsprekend. Ze leren niet veel nieuwe dingen, doordat ze vaak de wijnboerderij niet afkomen. Kinderen leren door te imiteren, voornamelijk van hun ouders en/of verzorgers. Bij de ouders van deze kinderen komt regelmatig alcohol- en/of drugsmisbruik voor. Het kind kan hierdoor te maken hebben met verwaarlozing, armoede en/of misbruik. Logischerwijs is hun beleavingswereld daardoor anders dan kinderen die daar niet mee te maken hebben. De ontwikkeling van hun creativiteit is ook anders. De vrijheid om te mogen experimenteren is thuis vaak niet aanwezig. In beweging kan een kind door herhaling de vrijheid leren voelen om te mogen experimenteren, zoals uitgelegd in de ontwikkel- en actiefase. Bron 4 beschrijft in week 4 een moment waarop een kind niet de therapeut imiteerde maar echt zijn eigen bewegingen bedacht en liet zien. De leerkracht van crèche B vertelt in bron 9 dat de kinderen meer 'open-minded' zijn dan van te voren. Ook dit is een teken dat de kinderen meer hun creativiteit laten zien en ontwikkelen. Het verbreden van hun bewegingsvocabulaire kan daarbij helpen. In bron 8 vertelt ook de leerkracht van crèche A dat de kinderen hun bewegingsvocabulaire hebben uitgebreid.

Therapeutische attitude

De therapeutische attitude is de houding van ons als therapeut en/of onderzoeker ten opzichten van de kinderen en leerkrachten in de bewegingslessen. Volgens Janssen (2013) beïnvloedt de attitude van de therapeut de aard en kleur van de therapeutische relatie met zijn/haar cliënten. Die beïnvloeding bepaalt weer het effect van de therapie.

Als er gekeken wordt naar de bronnen 1, 1a, 2, 2a, 3 en 3a dan proberen wij als therapeut de groep en de leerkracht zodanig te laten functioneren dat iedereen erbij hoort met zijn/haar waarden en normen. Dit werd getracht te bereiken door de volgende manieren:

- Door op een gelijkwaardig niveau om te gaan met de leerkrachten en kinderen. In bron 2a, opname van 7 april zie je terug dat de leerkracht in het begin erg verlegen is om te bewegen, door de open en steunende houding van de therapeut lukt het uiteindelijk voor haar om mee te bewegen met de kinderen en om op momenten de leiding over te nemen.
- In bron 1a, 2a en 3a komt er naar voren dat wij als therapeut steeds de focus leggen op het positieve gedrag van het kind. Dit gedrag wordt gestimuleerd door aanmoediging van de therapeut.
- In de bronnen 1, 1a, 2, 2a, 3 en 3a komt terug dat kinderen veel aandacht vragen van de therapeut op vlak van liefde, aanraking en gezien te worden. Door bron 5 weten we dat dit voortkomt uit de

verwaarlozing vanuit de thuissituatie. Als therapeut hebben we geprobeerd hierop in te spelen door zelf te kiezen wanneer onze aandacht hierop gericht werd. Volgens bron 1 en feedback van derden hebben we hier een mooie balans in gevonden, zodat geen enkel kind aandacht/liefde te kort kwam.

- In de bronnen 1a, 2a en 3a is te zien dat de therapeut mee gaat met de beleavingswereld van het kind door mee te spelen en bewegingen van het kind over te nemen.

Door deze therapeutische attitudes is er op de ECD centres een aangename werksfeer ontstaan waarin mogelijkheid was tot zelfexploratie en verandering.

3.2 Productevaluatie

Door Migchelbrink (2007) wordt productevaluatie beschreven als het volgen, beschrijven en beoordelen van de uitkomst of de resultaten van de actie. Met andere woorden, wat het handelen heeft opgeleverd en/of het in overeenstemming is met de verwachtingen of gestelde doelen.

De productevaluatie heeft eveneens plaatsgevonden aan de hand van de bronnen die in het begin van dit hoofdstuk beschreven zijn.

3.2.1 Wat is de actie en wat is het resultaat hiervan?

Om de uitkomst van de actie te kunnen volgen, beschrijven en beoordelen moet de actie eerst duidelijk zijn. In dit onderzoek was het uitvoeren van activiteiten in de ECD centres de actie. Hoe deze activiteiten vorm kregen, is te lezen in de ontwikkel- en actiefase. De activiteiten zijn steeds zorgvuldig uitgekozen, passend bij het moment in het onderzoek. Vanaf het begin van het onderzoek was het duidelijk dat er concrete handvaten moesten achterblijven (bron 5). Als eerste stap is er begonnen met het kijken of de motorische vaardigheden van de kinderen op leeftijdsniveau zaten. Dit was het geval bij de meeste kinderen (bron 4). In deze weken werd ook duidelijk welke kinderen achter liepen op hun leeftijdsgenoten. Vaak waren dit de kinderen die of heel stil of heel veel energie hadden. Naarmate het onderzoek vorderde, is er steeds meer gekeken naar de behoeften in het moment. Na feedback van Ina (bron 6) zijn we meer op het groepsproces dan op het individueel proces gaan zitten. Dit omdat het dans- en muziekboek gebruikt wordt op alle ECD centres waardoor het individuele proces minder belangrijk zal zijn. Dit is te zien in bron 1, 2 en 3. Daar waar eerst alle kinderen individueel besproken werden, is dit veranderd naar de groep als geheel.

Terugkijkend naar de sessies was er een verschil tussen het begin- en de eindsessies van het onderzoek (1, 1a, 2, 2a, 3, 3a en 4). De observaties worden in tabel 7, 8 en 9 schematisch weergegeven.

Tabel 7		<i>Crèche A</i>
<i>Begin</i>	Kinderen	
	Groep 1:	Groep 2:
	- Globaal lopen ze motorisch op schema; - Zijn aanhankelijk; - Hebben behoefte aan aandacht en positieve bevestiging; - Staan vaak dicht tegen elkaar aan; - Imiteren elkaar veel; - Focus aanwezig; - Samenwerken lijkt lastig; - Hebben veel herhaling nodig; - Kennen de verschillende lichaamsdelen; - Plezierbeleving; - Hebben behoefte om op grond te bewegen.	- Motorisch lopen ze op schema; - Zijn aanhankelijk; - Hebben behoefte aan aandacht en positieve bevestiging; - Duidelijk verschil tussen de jongens en meisjes; - Nood aan energie uiten; - Liggen vaak tegen/op elkaar; - Imiteren elkaar veel; - Hebben weinig focus; - Kunnen moeilijk eigen keuze maken.
	Leerkracht	
	- Moederfiguur; - Weet balans tussen streng en lief; - Verdeelt aandacht over de kinderen; - Er is evenwicht tussen werken en spelen; - Helpt bij vertaling;	

	- Lijkt de kinderen soms uit te lachen; - Moedigt de kinderen aan; - Beweegt niet mee.
Eind	Kinderen Groep 1 - Weten de verschillende lichaamsdelen herkennen en gebruiken; - Plezierbeleving; - Zijn enthousiast als er materiaal/muziek komt dat ze kennen; - Hebben behoefte om op grond te bewegen; - Imitatie, eigen keuze gaat beter; - Leiden en volgen van elkaar is lastig; - Bewegen zowel rustige als wild; - Zijn minder aanhankelijk; - Hebben veel focus. Groep 2 - Plezierbeleving; - Begrijpen oefeningen sneller; - Lopen vaak in een rondje; - Hebben meer focus; - Kunnen zelf iets bedenken; - Rustige activiteiten doen is moeilijk; - Zijn agressief in hun beweging; - Bewegen gemakkelijker samen; - Imiteren therapeut; - Uiten veel energie; - Tonen emoties. Leerkracht - Beweegt niet mee, heeft een negatief zelfbeeld; - Ziet verandering in de kinderen; - Is enthousiast, laat dansfilmpjes zien van tijdens de week.

Tabel 8 Crèche B

Begin	Kinderen - Vragen veel aandacht; - Stralen bij positieve benadering; - Globaal lopen ze motorisch op schema; - Hebben veel energie; - Luisteren slecht; - Imiteren veel en vinden het moeilijk zelf beweging te bedenken; - Vinden in rust liggen lastig; - Plezierbeleving; - Maken veel eigen bewegingen bij vrije dans. Leerkracht - Verdeelt aandacht over de kinderen; - Kinderen luisteren naar haar; - Neemt in het begin niet deel aan de activiteiten; - Vertaalt voornamelijk als ernaar gevraagd wordt; - Veel focus op 1 kind.
Einde	Kinderen - Kruipen veel bij elkaar; - Hebben afwisselend focus en geen focus; - Hebben veel energie; - Plezierbeleving; - Kunnen eigen bewegingsvormen kiezen; - Na actieve beweging is er plaats voor ontspanning en rust met een hoge focus; - Tonen emoties; - Hebben meer rust; - Kunnen beter met elkaar omgaan. Leerkracht - Helpt met vertalen; - Fysiek soms afwezig; - Doet mee met oefeningen (begonnen bij ontspanning);

- Heeft aandacht voor ieder kind;
- Is liefdevol naar kinderen toe;
- Beweegt vrijuit mee, is hierdoor een voorbeeld voor de kinderen;
- Neemt de leiding af en toe in beweging.

Tabel 9 *Crèche C*

<i>Begin</i>	Kinderen - Focus wisselt, meer geen focus dan wel; - Luisteren niet altijd; - Zijn vaak in hun eigen wereld; - Imiteren veel; - Plezierbeleving, veel lachen; - Globaal lopen ze motorisch op schema; - Zijn druk; - Hebben behoefte aan aandacht, lichamelijk contact en knuffels. Leerkracht - Vertaalt als ze ziet dat de kinderen het niet begrijpen; - Is regelmatig fysiek afwezig; - Grijpt in bij de kinderen, ook als het niet gevraagd wordt.
<i>Einde</i>	Kinderen - Focus wisselt, meer wel dan niet; - Hebben korte spanningsboog; - Dansen ook vrij als anderen kijken; - Hebben meer focus wanneer activiteit vaak herhaalt wordt; - Zijn chaotisch in vrije dans; - Hebben veel structuur en duidelijkheid nodig; - Hebben veel energie; - Zijn hard tegen elkaar, niet lief voor elkaar; - Plezierbeleving; - Hebben opdringerige behoefte aan aandacht, lichamelijk contact en knuffels. Leerkracht - Is 2 van de 3 keer afwezig; - Was de laatste sessie aanwezig met weinig aandacht voor de kinderen.

Door activiteiten uit te proberen en erachter te komen wat de focus was van de ECD centres is er uiteindelijk een dans- en muziekboek ontstaan.

3.2.2 Dans- en muziekboek

In de ontwikkel- en actiefase heeft het dans- en muziekboek inhoudelijk vorm gekregen. In die fase werd ook duidelijk met welke categorieën gewerkt zou worden. Iedere categorie had mogelijke einddoelen voor de activiteiten waardoor het makkelijker was om daarop toe te spitsen.

Naast het categoriseren van de activiteiten moest er een vorm gevonden worden om de activiteit te plaatsen in het dans- en muziekboek. Het draaiboek 'Ons gaan muziek maak' van Pessies & Simons (2013) werd deels samengevoegd met het dans- en muziekboek. Er is eerst gekeken naar de vormgeving van dat draaiboek (bron 12).

Tabel 10 *Vormgeving activiteit uit 'Ons gaan muziek maak'*

Naam van de activiteit	
Type activiteit	
Benodigde materialen	
Duur van de activiteit	
Vorbereiding	
Structuur	
Variaties en tips	

Na verschillende evaluatiegesprekken met Liezl (bron 5) kwamen we erachter dat we de activiteiten nog meer diepgang en betekenis wilden geven. Hierdoor zijn er enkele categorieën bijgevoegd en/of gewisseld. Zo wordt er als eerste verteld in het draaiboek 'Ons gaan musiek maak' waarvoor de activiteit bedoeld is (bron 12). In het dans- en muziekboek wordt eerst de activiteit kort uitgelegd. Dit is gedaan zodat de leerkrachten snel zien wat de activiteit inhoudt. Daarna wordt er beschreven wat voor soort activiteit het is en wat het als doel heeft. De duur, de benodigde materialen en de voorbereiding van de activiteit is hetzelfde gebleven als in het draaiboek 'Ons gaan musiek maak'. Bij de structuur van de activiteit is in het dans- en muziekboek geprobeerd om zo duidelijk mogelijk uit te leggen hoe de leerkrachten de activiteit kunnen uitvoeren. De tips en variaties zijn behouden omdat dit creativiteit stimuleert en meer uitbreidingsmogelijkheden toevoegt. Als laatste is het kopje 'mogelijke uitkomsten' toegevoegd. Door dit toe te voegen krijgen de leerkrachten een duidelijker beeld waar ze naartoe werken en welke mogelijke veranderingen ze kunnen waarnemen bij de kinderen wanneer ze de activiteit inzetten. Tabel 11 laat zien hoe dit eruit ziet in het dans- en muziekboek.

Tabel 11 *Vormgeving activiteit uit 'dans- en muziekboek'*

Naam van de activiteit	
De activiteit	
Soort activiteit / doel	
Duur van de activiteit	
Benodigde materialen	
Vorbereiding	
Structuur / hoe het uitvoeren	
Tips en Variaties	
Mogelijke uitkomsten	

Wanneer de vormgeving van de activiteit duidelijk was, moest er nog gekeken worden naar de lay-out van het dans- en muziekboek. Liezl gaf de tip om met kleuren, symbolen of pictogrammen te werken (bron 5). Ze vertelde dat hierdoor de activiteiten voor de leerkrachten meer overzicht en duidelijkheid creëerden. Na brainstormen over dit idee is er gekozen voor een afbeelding die in onze beleving paste bij elke categorie.

Toen de hele vormgeving en lay-out van het dans- en muziekboek af was, is er nog een bijlage gemaakt en toegevoegd. Deze bijlage is verdeeld over verschillende onderdelen. Zo is er een onderdeel waar er wordt verteld hoe het dans- en muziekboek is ontwikkeld. Daarnaast is er een onderdeel waar de leerkrachten kunnen kijken hoe ze het dans- en muziekboek kunnen gebruiken. Ook vinden ze de doelen van het dans- en muziekboek terug in de bijlage. Hierin zijn de categorieën benoemd en uitgelegd met behulp van literatuur. Als laatste kunnen de leerkrachten kijken wat de mogelijke uitkomsten zijn als ze het boek regelmatig inzetten in hun lesprogramma.

Deze bijlage is om verschillende redenen toegevoegd in het dans- en muziekboek. Het hele onderzoek is er, zoals verteld in de procesevaluatie, gewerkt op een gelijkwaardig niveau met de leerkrachten. Door deze bijlage toe te voegen wordt getracht de leerkrachten te stimuleren het dans- en muziekboek te gebruiken. We vonden het van belang dat ze de onderbouwing van de oefening kunnen lezen als ze dit willen. Ook dragen we hierbij onze kennis als professional over op hun. We proberen ze te stimuleren dans en beweging te gebruiken die in hun cultuur zit. Door de onderbouwingen kunnen ze zien wat dans en beweging voor de kinderen kan betekenen.

3.2.3 Voorbeelden dans- en muziekboek

Nadat de categorieën, de vormgeving en de lay-out duidelijk waren, zijn we gaan kijken welke activiteiten bij welke categorie thuishoorde. Deze activiteiten zijn ingevoegd en hieruit is uiteindelijk het dans- en muziekboek ontstaan.

Hieronder staan per categorie twee activiteiten uitgewerkt van het dans- en muziekboek. De activiteiten zijn geschreven in het Engels, dit is de originele versie. Voor de leerkrachten wordt het dans- en muziekboek nog vertaald naar het Afrikaans. De Afrikaanse versie is vanaf juli 2015 te vinden op de website van Pebbles: <http://www.pebblesproject.co.za>. De CD die hoort bij het dans- en muziekboek is te vinden in bijlage 7.

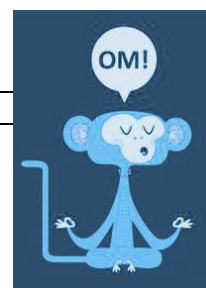
Focus and concentration

Play With Animals	
The exercise	Sleeping and waking up like an animal
Sort of activity / aim	Concentration Focus Getting to know different animals Knowing the difference between being calm and energetic
Duration	+/- 10 minutes
Materials needed	None
Teacher preparation	Know the different kinds of animals and their behavior
Structure/ how do you present it?	1. You ask the children to act like they are sleeping. Make sure that they lay down on the ground and are not talking. Eyes don't necessarily have to be closed. 2. Tell the children in what kind of animal they should wake up. 3. Make the noise of an alarm. 4. The children will wake up like the animal you said. 5. After being this animal for a while, ask them to go back to sleep. 6. You tell them to be another animal when the 'alarm' goes off. 7. Continue doing this, until you have the feeling the interest is gone. Kinds of animals you can use: - rabbit - lion / tiger - dog - cat - snake - elephant - chicken - bird - mouse - - chicken 
Tips and variations	<u>Tips:</u> - Do this exercise together with the children, especially in the beginning. You can show them how the animal moves. Afterwards, they can do it themselves. - When the children are pretending to be an animal, see for how long they can keep pretending. When you notice that the concentration goes away, let them go back to sleep. - You can make the exercises as long as you want. <u>Variation:</u> - When the children are sleeping, ask one of them what kind of animal they want to be when the alarm rings (make sure that everybody has a turn to choose). - Ask them what the animals drink and eat, where they live, etc. Let them imitate the way animals drink, walk, eat and the noise this animal makes.
Possible outcomes	- They will learn about different kinds of animals - Learn different ways of moving (expand movement vocabulary) - They learn to make decisions for themselves - Learn to have concentration and focus in the excises

Freeze dance	
The exercise	When there is music from the tambourine or drum, the children do different kinds of movement exercises. When the music stops, the children have to stop moving.
Sort of activity / aim	Concentration Responsiveness Focus Learning different kinds of movement Observation to check their possibilities in motoric skills
Duration	10 - 30 minutes
Materials needed	Tambourine, drum or other instrument
Teacher preparation	Prepare different kinds of movements
Structure/ how do you present it.	1. Take a tambourine or drum and play some music on it. 2. Tell the children what kind of movement they need to do when there is no music or sound. 3. The children do the movement that you asked while you play the tambourine / drum. 4. You stop playing the tambourine or drum and at this point the children need to stop moving and have to freeze. 5. Tell them to make another movement or continue with the previous one if you think they can do it one more time. 6. Continue doing this. Kinds of movements you can use: - walking fast / walking slow - running fast / running slow - jumping on two legs / jumping on one leg - jumping big / small - hopping - crawling - walking on their hands and feet - dancing 
Tips and variations	<u>Tips:</u> - Encourage the child at all times. - When someone isn't doing the movement right, you can try to teach them. Sometimes it happens automatically when you repeat the exercise. <u>Variations:</u> - Variation of movements: • Act like an animal (they can integrate the "Playing with animals" in this exercise) • With their bottom crawling on the ground • With their belly crawling on the ground • Any movements you like, be free! - You can give the instrument to a child. This way the child controls when the others stop and start moving again (make sure that everybody has had a turn with the instrument).
Possible outcomes	- Expanding movement vocabulary - Learn to choose and make own decisions - Expanding motor skills

Relaxation

Swinging in the Blanket	
The exercise	Swing the blanket with one child in.
Sort of activity / aim	Relaxation They feel seen and loved Letting go of their weight Relying on other's Taking care of each other Having the feeling: I can do this!
Duration	+ 20 minutes (depends on the number of children in your class)
Materials needed	Blanket that is soft and warm Relaxation music (CD player) Make the room darker
Teacher preparation	Put some relaxation music on, make the room darker (put the lights off, close the curtains, when available). Take a blanket. If possible do it with two adults!
Structure / how do you present it	- Put the blanket on the floor. Ask the children to sit around the blanket. - One child lays down on the blanket. Make sure that he/she lays in the middle of it. - Lift the blanket carefully with everyone around it. Make sure you (and the other adults) take the heaviest part (this is usually at the head / torso / bottom). - Swing the blanket carefully. It's important that this happens in a calming manner. - After some time you can put the blanket, with the child in, back on the ground. Do this carefully and calm! - Then choose another child to lay down in the blanket. Important: - It is important that the children are quiet and calm to really get them relaxed! So when they talk, ask them to stop talking. - Make sure everyone gets a turn in the blanket.
Tips	<u>Tips:</u> - When you put the child back to the ground, you can do the exercise "Giving love and attention" immediately after that. After that exercise you swap turns. - It is possible they start crying; that's okay! Let them cry and leave them in the swinging blanket for a couple more minutes.
Possible outcomes	- The children will most likely be more calm and relaxed. - The fact that they will be carried by someone else, will help them to let go of feelings they don't want to carry or shouldn't be carrying. - They get a place to express feelings such as sadness, feeling loved, etc.



Giving love and attention	
The exercise	The child who is wrapped in the blanket gets touched gently on their body and face.
Sort of activity / aim	Feeling loved Be seen Learning to give and receive love Learning to be kind to each other
Duration	+30 minutes (depends how big the group is)
Materials needed	Blanket that is soft and warm Relaxation music (CD player)



	A dark room
Teacher preparation	Put some relaxation music on, make the room darker (put the lights off, close the curtains, when available). Take a blanket.
Structure / how do you present it	1. Put the blanket on the floor. Ask the children to sit around the blanket. 2. One child lays down on the blanket. Make sure that he/she lays in the middle of the blanket. 3. Wrap the blanket around the child with the intention that the child is completely packed in the blanket except for the head. 4. Everyone lays their hand(s) on the child who is laying in the blanket. You can softly rub the body and face. Or you can just put your hands on the child's body and face. The child will feel the warmth of the hands. 5. Do this for a couple of minutes. 6. Unpack the child softly. Help them to stand up. Important: - For this exercise it is best that you (or another adult) rub the head. You can teach a child to do this in a proper way. When we did this exercise it seemed difficult for a child to rub the head softly. - It is important that the children are quiet and calm! So when they talk, ask them to stop talking. - Make sure everyone gets a turn!
Possible outcomes	- The children will feel loved. - They get attention in a way they probably aren't used to. - This way they learn different kinds of loving. - They get a place to express feelings such as sadness, feeling loved, etc.

Express energy

Baballoons	
The exercise	Teaching children what a balloon can do and how to play with it.
Sort of activity / aim	Express energy Concentration / focus Working together
Duration	+10 minutes
Materials needed	Balloons
Teacher preparation	None
Structure / how do you present it?	1. Let the children sit down in front of you. 2. Take one balloon and inflate it. 3. You can do the next things before you close the balloon: • Make noise with it (you can do this when you take the top of the balloon, and stretch it in a horizontal way). • Let it go, so it flies away • Hold the balloon but let the air get out of the balloon so it blows in your face. 4. Close the balloon. You can do the following things: • Ask them to keep the balloon in the air • Let them play freely with the balloon 5. When they know what they can do with a balloon, you can give everybody one (if this is possible) and let them play with it.
Variations	<u>Variations:</u> - Give one balloon for two children. They learn to play with each other and learn how to share. - You can stand or sit in a circle and pass the balloon slowly, fast, high, low, etc. Do this when you have inflated only one balloon, this makes it less chaotic for you.
Possible outcomes	- Expressing energy - They will have a lot of fun



	- After the exercise they might be more calm or more energetic
--	--

Free movement	
The exercise	Move freely on up-tempo music
Sort of activity / aim	Express energy / express themselves
Duration	As long as you want it
Materials needed	Up-tempo music (CD player)
Teacher preparation	Choose some music that has an up-tempo rhythm and you / the children prefer
Structure / how do you present it	1. Make sure that you have some space to dance. 2. Put the music on and let them dance in their own way. 3. After a while you can suggest other types of movement: • Move slow / fast • Move on the ground / up in the air • Move with two / three / the whole group • Let one child lead the movement. The rest imitates that child. Important: With this exercise, there is no good or bad: everything is good! Some children feel more comfortable moving close to the floor. Others enjoy standing still and simple shaking their heads or use their whole bodies to go through space or expend energy.
Tips	<u>Tips:</u> - When you let one child lead, it is important that every child has a turn in leading the movements. - When a child is shy, try to encourage him/her but do not force the child to move. The children will move as soon as they are ready. - When you do this exercise more often, the children will learn in what kind of ways they can move. They will get more creative.
Possible outcomes	- Focus - Expressing energy / Expressing themselves - Having fun - Knowing more kinds of movements - More self-esteem



Interaction and collaboration

Feel the belly	
The exercise	The children are laying on the floor with their heads on each other's bellies.
Sort of activity / aim	Feeling someone else's belly Interacting with others
Duration	+/- 15 minutes
Materials needed	None
Teacher preparation	Make some space in the room so the children are able to lay on the floor.
Structure / how do you present it	1. Make some space in the classroom. 2. Help the children to make a line on the floor. First you let one child lay down on the floor. Tell another child to put their head on the belly of the child who is already on the floor. 3. This way you let all the children lay down on the floor, while their head is on someone's belly. If you want, you can lay on the floor with them. You can go in front of the first child that way all the children are laying on a belly.



	4. Now, you can let them do several things: • breathe • laugh • make sounds to make to belly go up and down • tell a joke • ask them if they are feeling the belly under their heads 5. When you stop the exercise, make sure that you let them go up one by one. This way you will avoid clashes.
Possible outcomes	- While doing this, children will feel something moving under their heads. They might be laughing even more, because of this feeling. - Children learn how breathing works in their belly and how this feels.

Moving together	
The exercise	Everyone moves together while doing the same exercises
Sort of activity / aim	Interaction Group feeling Tune into others
Duration	+/- 15 minutes
Materials needed	Music (CD player)
Teacher preparation	Put on music of your choice and get the children together. Make some space in your classroom or outside.
Structure / how do you present it	1. Divide the children in two groups and put them in two lines looking at each other. 2. While being in these lines, walk to the right and left. Make a dance out of it! 3. When they understand left and right, you can move forwards and backwards with the children.
Variations	<u>Variations:</u> If you want to make it more difficult you can: - Do different movements like moving body parts. Use your left arm and put it in front of you. Change this with the right arm and both legs. - Use arms and legs together. - Do the activity in just one line or in a circle, which will make it more difficult.
Possible outcomes	- Children will learn how to tune into each other, while doing the same movement. They learn that moving together is fun and you don't have to make up new movements all the time. Repeating is fine! - You'll create a group feeling with the children.



Body

Naming Body Parts	
The exercise	They touch different kind of body parts and will give them a name.
Sort of activity / aim	Knowing the parts of their body Knowing how the body parts can move
Duration	+/- 15 minutes
Materials needed	Music (CD Player)
Teacher preparation	None
Structure / how do you present it	1. Make sure everyone can see you.

	2. Touch a part of your body (head, shoulders, arms, tummy, etc.) and tell which one it is. Make sure that the children repeat the body part and that they touch the correct one as well. 3. When they know the body parts, let them tell you which part you are touching. 4. Put some music on and ask them to move with the separated body parts you tell them to move with Different body parts you can use: - Upper body: - Head: Ears, Nose, Eyes, Cilia, Mouth, Eyebrows, Cheeks - Neck - Shoulders - Arms, Hands and Fingers - Breast - Middle body: - Belly - Hips - Tower body: - Legs: Knees, Feet and Toes.
Tips and variations	<u>Tips:</u> Interchange using different parts of the body with moving the whole body. When using the whole body, they get a whole body image. <u>Variations:</u> - You can change rhythms - Let a child lead the exercise: let it point the body parts they have to move with.
Possible outcomes	- Knowing the body and how it moves. - Getting a whole body image - Self-esteem



Follow The Body	
The exercise	While dancing, following different body parts
Sort of activity / aim	Getting to know the body parts Learn how they move
Duration	+/- 15 minutes
Materials needed	CD-player Music from the CD / music you choose.
Teacher preparation	Choose some music the children like to dance on
Structure / how do you present it	1. Make sure that you have enough space to dance. 2. Put some music on and let them dance in the way they want. 3. After a while you ask the children to follow different body parts. The body parts they can follow: Easy: - hand - finger - feet - head Difficult: - nose - ears - hips - knees - shoulders



	- breast
Variations	<u>Variations:</u> When they know how the exercise works and which body parts they can use. You can ask the children to decide which body parts they going to follow.
Possible outcomes	- They will be able to move body parts in isolation - They will know more about how their body moves - They will understand the different body parts

Nu het dans- en muziekboek klaar is, is er als laatste stap voor gekozen om de leerkrachten in de maandelijkse ECD training kennis te laten maken met het boek en met dans en beweging. Dit is gebeurd aan de hand van een workshop.

3.2.4 Workshop in maandelijkse ECD training

Zoals in de ontwikkel- en actiefase beschreven is, hebben we voordat deze workshop plaatsvond een ECD training bijgewoond. Hierin is opgemerkt dat de training (voor ons) niet op gelijkwaardig niveau gebeurde. In dit onderzoek was voor ons, op een gelijkwaardig niveau met de leerkrachten werken, een randvoorwaarde om het boek te kunnen overdragen. Op de ECD training waren 23 leerkrachten aanwezig. We hebben ervoor gekozen om de leerkrachten eerst zelf te laten ervaren wat dans en beweging kan betekenen voor hen. Dit is gebeurd door gezamenlijk in een kring te bewegen. Er is begonnen met een lichamelijke opwarming, waarna bewogen werd op het ritme van de muziek om als laatste iedereen de leiding te geven in het verzinnen en uitvoeren van een beweging. Deze beweging werd vervolgens nagedaan door de andere leerkrachten. Na deze ervaringsgerichte activiteit is het dans- en muziekboek gepresenteerd aan de hand van een PowerPoint presentatie waarin filmpjes van de kinderen verwerkt waren. Bij het uitleggen van het dans- en muziekboek hebben we de ervaring van het bewegen in het verhaal opgepakt.

Om op de reacties van de leerkrachten te kunnen reflecteren is er naast de participerende observatie ook gekozen voor niet-participerende externe observatie, door heel de workshop te filmen (bron 7). Deze reacties en observaties zijn verwerkt in tabel 12 en 13.

Tabel 12 *Reactie van leerkrachten bij de ervaringsgerichte activiteit*

Begin van de activiteit

- Weinig gebruik van ruimte, staan dicht tegen elkaar;
- Houterige bewegingen;
- Bewegen met delen van het lichaam, geen geheel;
- Veel lachen.

Verloop van de activiteit

- Meer gebruik van de ruimte, staan verder uit elkaar;
- Bewegingen met het gehele lichaam;
- Ontstaan van synchroniciteit in beweging;
- Onderlinge interactie (verbaal en non-verbaal);
- Gebruik van stem en geluid (knippen van de vingers gebeurde meteen);
- Bij het leiding nemen: veel variaties in beweging, plezierbeleving.

Einde van de activiteit

- Veel plezierbeleving;
- Glimlachen, hard lachen;
- Vermoeidheid;
- Meer samenhangigheid.

Tabel 13 *Reactie van leerkrachten bij de presentatie*

- Luisteren aandachtig (instemmend geknik en geluid);
- Kijken aandachtig naar de filmpjes;
- Als hun eigen ervaring gebruikt werd om de uitleg duidelijk te maken, reageerden ze begrijpend.

Hoofdstuk 4: Discussie

4.1 Discussie Judith

In dit hoofdstuk kijk ik kritisch naar het verrichte onderzoek en beschrijf ik de sterktes en de zwaktes. Daarna verklaar en interpreteer ik de resultaten van dit onderzoek, ik doe aanbevelingen voor vervolgonderzoek, integreer de resultaten in mijn methodisch handelen en beantwoord de hoofd- en deelvragen.

4.1.1. Sterkte-zwakteanalyse

In dit onderdeel kijk ik kritisch terug op het gehele onderzoek. Door kritisch te kijken naar het onderzoek kwamen er verschillende sterktes en zwaktes naar boven. Ik heb het onderzoek niet alleen uitgevoerd daarom begin ik met de samenwerking van Maud en mij. In onze samenwerking zijn zowel sterke als zwakke punten te vinden. Doordat we met twee waren konden we meer werk verrichten dan wanneer je alleen bent. Dit heeft ons erg geholpen omdat we maar een korte periode ter beschikking hadden. Doordat we met twee waren personen konden we op een breder vlak onderzoeken bij de kinderen. Zo kon één iemand de sessie leiden en één iemand observeren. Dit was een sterkte aangezien we elkaar prikkelden om nieuwe invalshoeken te exploreren aangezien er twee gezichtspunten waren bij het observeren. Hierdoor konden we de betrouwbaarheid van het hele onderzoek verhogen en onze interpretaties bij elkaar controleren.

Daarnaast liep het onderzoek af en toe vertraging op omdat we twee verschillende personen zijn. Hierdoor waren er regelmatig twee verschillende meningen bij een onderwerp. Waardoor soms frustraties bij beiden ontstonden. Dan merkte ik dat ik niet altijd even snel vertelde wat er bij mij speelde en was de werksfeer met momenten gespannen. Hierdoor vond ik het lastiger om tijdens de sessies en/of evaluatiemomenten te reageren en op het moment zelf mijn mening te verwoorden. Nadat we hierover met elkaar hadden gepraat, was er meer openheid en hierdoor liep het onderzoek weer op een beter tempo en was er weer plaats voor beide meningen. Het was een uitdaging om deze twee verschillende meningen bij elkaar te brengen. Uiteindelijk is ons dit gelukt, hebben we veel van elkaar geleerd en zijn er mooie resultaten uit het onderzoek gekomen.

Naast het onderzoek speelde de verandering van land, cultuur en omgeving een grote rol. Wanneer ik ergens ben, maar de plaats niet ken, tracht ik me steeds aan te passen aan de situatie. Al doende heb ik de onbekende cultuur in Zuid Afrika leren kennen. Door deze cultuur te leren kennen hebben we veel gezien en meegemaakt. Voor mij waren de steeds terugkomende contrasten in het land moeilijk te verwerken. Hier was de steun van Maud, Liezl, Antoinette, een huisgenoot en het thuisfront erg belangrijk. Door veel over het land en de dingen die ik zag te praten, lukte het me om het allemaal een plaats te geven. Hierdoor kon ik sommige situaties met de kinderen beter relativeren en in de context plaatsen. Toch kreeg ik het gevoel dat ik niet genoeg deed voor de kinderen, dat ik als therapeut en persoon veel meer kon bieden. Door dit gevoel uit te spreken, is het me gelukt om te kijken naar wat ik in deze korte tijd voor de kinderen kon betekenen. Deze focus zie ik als een sterkte.

Bovendien was er naast de onbekende cultuur ook een taalbarrière aanwezig. Hierdoor waren we verplicht om terug te gaan naar de kern van ons vak. Dit wisten we al voor dat we aan het onderzoek begonnen. Toch was het soms beter geweest als ik op voorhand me meer verdiept had in de taal. Doordat er op educatief en ontwikkelingsniveau gewerkt werd was het soms van belang om dingen uit te leggen. Door de taalbarrière was dit erg lastig. Gelukkig hebben de leerkrachten zoveel mogelijk geprobeerd om alles voor ons te vertalen. Toch zie ik de taalbarrière meer als een sterkte dan een zwakte, want ik was hierdoor verplicht om te gaan kijken naar hoe de kinderen non-verbaal reageerden op de activiteiten en hoe ik als therapeut hier non-verbaal op kon inspelen. Gedurende het onderzoek was dit een sterkte, daarnaast was onze open houding ook een sterkte. Door deze open houding hebben we een band kunnen scheppen met de kinderen, leerkrachten en de werknemers van Pebbles. Deze open houding heeft er ook voor gezorgd dat het intuïtief en spontaan handelen bij de kinderen een succes was. Door ons aan te passen aan het onderzoeksnetwerk, hebben we getracht de beste resultaten te creëren die mogelijk waren in deze korte periode.

Zoals eerder vermeld hebben we getracht de leerkrachten te betrekken in het onderzoek. Voor mij persoonlijk hebben we hier niet genoeg aandacht aan besteed. Als ik nu terug kijk dan vraag ik mij af of we de leerkrachten genoeg gemotiveerd en geschoold hebben om het dans- en muziekboek te kunnen gebruiken. Aan de andere kant was de periode die we hiervoor nodig hadden te kort. Tijdens de workshop en in crèche B heb ik gezien wat dans en beweging voor de leerkrachten kan betekenen.

Namelijk plezierbeleving en daarnaast kan het voor hen een plaats bieden om emoties te mogen uiten. Ik raad daarom aan dat, wanneer er een vervolgonderzoek komt, de leerkrachten nog intensiever worden betrokken in het onderzoek. Hier ga ik verder op in, in paragraaf 4.1.3:

Aanbevelingen voor vervolgonderzoek.

De leerkracht in crèche B is de enige in dit onderzoek die geparticipeerd heeft tijdens de sessies. In deze sessie heb ik haar zien veranderen van een verlegen persoon naar iemand die zich graag uitleeft in beweging. In de andere twee crèches was het veel lastiger de leerkrachten te motiveren om mee te doen. Ze waren wel enthousiast en maakten ruimte voor de bewegingslessen maar ik vroeg me soms af, in hoeverre ze sociaal wenselijk gedrag vertoonden naar ons. Daarnaast vraag ik me ook af in hoeverre het dans- en muziekboek bruikbaar is voor deze leerkrachten. We hebben dit boek ontwikkeld vanuit een danstherapeutische zienswijze. Tijdens de sessies hebben we intuïtief danstherapeutisch gehandeld. Tijdens het ontwikkelen van het boek, hebben we getracht het zo te vormen dat het bruikbaar is voor de leerkrachten. Bij sommige oefeningen, zoals 'swinging in the blanket' twijfel ik of de oefening het zelfde effect heeft als wanneer wij, danstherapeuten, dit aanbieden. Toch denk ik dat veel van de oefeningen aangeboden kunnen worden door de leerkrachten. Veel van de oefeningen zijn op zo'n manier uitgelegd dat ze kunnen begrijpen wat er bedoeld wordt. Daarnaast is er plaats voor eigen inbreng. We hebben tips en variaties beschreven, wat inspirerend kan werken voor de leerkracht om eigen oefeningen of bewegingen te bedenken.

We hebben geprobeerd de sessies steeds te filmen. Voor het onderzoek hadden we geen ervaring met het filmen van sessies. De videocamera filmde in HD waardoor het veel ruimte in beslag nam op de USB kaart. Hierdoor zijn sommige sessies niet opgenomen omdat we te laat merkten dat de USB kaart vol was. De batterij van de videocamera had onvoldoende capaciteit om langdurig te filmen. Tijdens de sessies liepen kinderen geregeld naar de camera toe, viel die om of stond één van ons voor het beeld. Hierdoor is niet elke sessie even goed gefilmd. Dit probleem konden we oplossen, naarmate het onderzoek vorderde. We hebben veel hulp aan de beelden gehad, het was een goed hulpmiddel om onze eigen interpretaties te toetsen en bij te stellen.

4.1.2. Interpretatie en verklaring van de resultaten

Onze resultaten zoals beschreven in hoofdstuk 3 'resultaten' zijn het dans- en muziekboek en de workshop in de maandelijkse ECD training. De training was een interactieve manier om de leerkrachten van Pebbles te laten zien en ervaren hoe de activiteiten in het dans- en muziekboek werken. In deze paragraaf zal ik me vooral richten op het dans- en muziekboek. Tijdens het ontwikkelen van de activiteiten en dus ook de categorieën zijn we niet bewust bezig geweest met literatuur. We hebben op het moment voornamelijk intuïtief gehandeld en hierop vertrouwd. Intuïtie ontwikkel je door kennis op te doen, door onder andere de opleiding die we hebben gevolgd en de literatuur die we hebben gelezen. Door te observeren wat de kinderen per ECD centre nodig hadden, onze kennis en de expertise van Liezl is het dans- en muziekboek tot stand gekomen. In deze paragraaf koppel ik mijn eigen ervaringen aan de literatuur om de door ons gediagnosticeerde categorieën en de activiteiten te onderbouwen. Het dans- en muziekboek is zo opgesteld dat je de vijf categorieën kan zien als ontwikkelingsgebieden bij kinderen tussen 3 en 6 jaar.

De kinderen en het dans- en muziekboek

Volgens Vandereycken en Van Deth (2004) maken de hersenen van kinderen in de eerste paar jaren een belangrijke groei door, waarbij cruciale ontwikkelingen plaatsvinden op sociaal, emotioneel en cognitief vlak. Deze ontwikkelingen kunnen op verschillende factoren negatief beïnvloed worden. In de Merck manual: online medisch handboek (2004) wordt er gezegd dat naast de sociale ondersteuning die een persoon en/of kind ervaart vanuit zijn omgeving ook andere factoren zijn die een invloed hebben op de opvoeding en ontwikkeling. Hierbij onderscheiden ze:

intra persoonlijke factoren oftewel persoonskenmerken, factoren in de directe sociale omgeving en factoren in de buurt, cultuur en samenleving. In de gebieden waar de kinderen van de ECD centres wonen, zijn veel risicofactoren zoals: armoede, gebruik van alcohol- en drugs door de ouders, lage opvoeding en scholing van de ouders, verwaarlozing en mishandeling. De gesloten gemeenschappen waarin ze leven kan ook een risicofactor zijn. Dit omdat de kinderen amper hun gemeenschap verlaten waardoor ze minder prikkels krijgen van andere omgevingen en andere mensen van wie ze kunnen leren. Deze factoren kunnen ervoor zorgen dat de ontwikkeling van het kind vertraagt.

De factoren komen nog voort uit de geschiedenis van Zuid-Afrika. Hierdoor kan ik zeggen dat veel kinderen op de ECD centres een vertraagde ontwikkeling hebben opgelopen. Zoals verteld in hoofdstuk 1.1.3. "doelgroep" hebben de werknemers op de wijnboerderijen nog veel gevolgen van het 'dop'-systeem dat in de Apartheid bestond. Hierdoor is nog steeds het overmatig alcohol gebruik

geïntregeerd in de gemeenschappen. Door de lage opvoeding en het gebrek aan scholing bij de ouders beseffen velen van hen nog niet dat het schadelijk effect heeft op hun kinderen. Rigter (2013) vertelt dat bepaalde problemen in gezinnen zich niet enkel door de jaren heen ontwikkelen maar ook vaak van generatie op generatie. Door de levensgeschiedenis van de ouders wordt hun persoonlijkheid gevormd. Deze persoonlijkheid beïnvloedt de kwaliteit van het opvoedkundig handelen en ten slotte de ontwikkeling van hun eigen kind.

Wij hebben getracht om in te spelen op deze vertraagde ontwikkeling bij de kinderen aan de hand van de vijf ontwikkelingsgebieden in het dans- en muziekboek. Uit verschillende literatuurbronnen, mijn eigen ervaring en het resultaat van het onderzoek kan ik zeggen dat beweging van essentieel belang is in de ontwikkeling van het jonge kind. Volgens Mally, Langendorfer, DeMoss & Raynes (2009) kan een leeromgeving met bewegingservaringen leiden tot een verbeterde motorische, cognitieve, emotionele en sociale ontwikkeling op lange termijn. In de korte periode dat wij met de kinderen gewerkt hebben was er al verschil te zien op deze gebieden. Op crèche A was er bij één kind duidelijk een motorische achterstand zichtbaar. Tijdens onze sessies heeft dit kind een bredere bewegingsvocabulaire gecreëerd waarnaast hij ook een ontwikkeling maakte op sociaal niveau. Waar hij in het begin verlegen was en aan de kant stond, ging hij nu met andere kinderen spelen en liet hij zien hoe hij kan dansen. Hij is dus van weinig beweging overgegaan naar bewegen met het hele lichaam. Dit is slechts een voorbeeld wat een leeromgeving met bewegingsactiviteiten kan betekenen voor kinderen. Tijdens dit onderzoek is er vaak op groepsniveau gewerkt waarbij de individualiteit van ieder kind nooit uit het oog is verloren. Hierdoor hebben kinderen zoals hierboven beschreven zichzelf kunnen ontwikkelen op hun eigen niveau. Mally et al. (2009) zegt hierover dat het belangrijk is om elk kind te kunnen herkennen in zijn eigen bewegingscapaciteiten.

Als ik in het geheel terug kijk naar de activiteiten in het dans- en muziekboek kan ik zeggen dat we, in het begin van het onderzoek, intuïtief gewerkt hebben met de orthopedagogische werkwijze. Volgens Smeijsters (2008) zijn orthopedagogische bewegingsactiviteiten gericht op de ontwikkeling van psychomotorische, sensomotorische en spraak en/of taalvaardigheden. Maar ook op visuele, cognitieve, sociale en emotionele vaardigheden. De werkvormen die vanuit deze werkwijze aangeboden worden zijn vaak gestructureerd en directief. Dit wil zeggen dat het verloop van de sessie vastligt en de therapeut bepaalt wat er gebeurt. Zo hebben we in het begin veel gewerkt met de stopdans. Dit was een activiteit waarbij de kinderen een bewegingsopdracht kregen van ons. Deze opdracht kon gaan van rustige bewegingen tot wilde bewegingen. Iedereen moest stilstaan nadat er op de tamboerijn werd geslagen en daarna kregen ze de volgende bewegingsopdracht. Dit is een gestructureerde en directieve activiteit. Want de therapeut bepaalt de activiteit. De focus van deze activiteit is het leren van motorische vaardigheden en het uitbreiden van hun bewegingsvocabulaire. Subdoelen van de activiteit zijn het vergroten van de concentratieboog en hun reactievermogen. Daarnaast is deze activiteit volgens Stinson (1988) goed voor energieke kinderen om hun impulsen te leren controleren. Ze vertelt dat voor deze kinderen het van belang is om een duidelijk begin en einde te hebben aan een bewegingsvorm. Door een stop in te zetten, zorg je ervoor dat deze kinderen niet 'out of control' gaan bij wildere bewegingen. Door deze stop kan het energieke kind zich uitdrukken zonder de controle over zichzelf te verliezen. Dit was terug te zien tijdens het geven van deze activiteit. In het begin waren de energieke kinderen oncontroleerbaar en voelden ze soms aan als een storende factor in de groep. Op het einde was dit veel minder en leken de kinderen zichzelf onder controle te kunnen houden.

Tijdens het verloop van het onderzoek zijn we van een orthopedagogische werkwijze deels overgeschakeld naar de re-educatieve werkwijze. Volgens Smeijsters (2008) richt deze werkwijze zich meer op het beïnvloeden en doorwerken van problemen. Het eigen gedrag en belevingen in het hier en nu staan centraal. Het gaat meer om wat het kind in het hier en nu in de relatie met anderen en de leerkracht en/of therapeut beleeft. Wij als therapeut hebben dus tegen het einde van het onderzoek meer gekeken naar wat er in het hier en nu gebeurde en daarop ingespeeld. De werkvormen in de re-educatieve werkwijze hebben vaak als doel: het uiten en reguleren van emoties, afremmen van impulsief gedrag, uitbreiden van gedragsrepertoire, versterken van zelfvertrouwen en het wijzigen en uitbreiden van het zelfbeeld (Smeijsters, 2008). Deze doelen zijn terug te zien in de activiteiten die we tegen het einde van het onderzoek uitvoerden. Zo hebben we muziek opgezet en gekeken welke bewegingen hieruit ontstonden. Na een tijd bewogen te hebben, hebben we steeds een ander kind gevraagd de bewegingen te leiden. Hierbij deed één kind een beweging en de anderen deden dit na. We hebben deze oefening in het begin en aan het einde van het onderzoek uitgetoetst. In het begin was het voor de kinderen nog moeilijk om zelf bewegingsvormen te kiezen en de leiding te nemen. Op het einde van het onderzoek was dit veel gemakkelijker voor hen. Daar waar ze in het begin verlegen waren om de leiding te nemen, namen ze nu vol trots en plezier de leiding. Het gemakkelijker kiezen en nemen van de leiding is te wijten aan verschillende aspecten. Eén hiervan is

het gegeven dat we getracht hebben de kinderen een grotere bewegingsvocabulaire te geven. Bannerman-Haig (zoals vermeld in Payne, 2006) zegt dat een verschuiving in de psychische toestand tot stand kan komen wanneer je een kind nieuwe bewegingen leert. Dit omdat het de kans krijgt om andere en nieuwe associaties te creëren bij bewegingen.

Als deze activiteiten hebben we samengevoegd in het dans- en muziekboek waarin we zelf categorieën hebben ontwikkeld. Zoals reeds hierboven beschreven kan je deze categorieën zien als ontwikkelingsdoelen bij kinderen. De vijf categorieën zijn focus en concentratie, ontspanning, energie uiten, interactie en samenwerken en als laatste het lichaam. Deze vijf kan ik koppelen aan de doelstellingen van de orthopedagogische en re-educatieve werkwijze. Zo kan ik de categorieën focus en concentratie en interactie en samenwerken koppelen aan de volgende doelstellingen binnen de orthopedagogische werkwijze: 'vasthouden van de aandacht, vergroten van de concentratieboog, verbeteren van de sociale vaardigheden en leren samenwerken (Smeijsters, 2008, p. 56). De categorieën ontspanning, energie uiten en lichaam kan ik koppelen aan de volgende doelstellingen binnen de re-educatieve werkwijze: 'uiten en reguleren van emoties, afremmen van impulsief gedrag, uitbreiden van het gedragsrepertoire, versterken van het zelfvertrouwen en wijzigen en uitbreiden van het zelfbeeld' (Smeijsters, 2008, p. 58). De activiteiten in het dans- en muziekboek trachten allemaal één of meerdere van deze doelstellingen te behalen. De meeste activiteiten hebben een gesloten karakter en zijn over het algemeen gestructureerd. Dit wil zeggen dat het verloop van de activiteit vastligt (Smeijsters, 2008). Dit zie je terug in het dans- en muziekboek bij de uitleg over de structuur van de activiteit en hoe je deze presenteert aan de kinderen. Toch heeft elke activiteit plaats voor eigen inbreng. Dit zie je terug bij de tips en variaties in het boek. Hierdoor kunnen de leerkrachten de activiteiten uitbreiden en ook aanpassen naar hun eigen persoonlijkheid als leerkracht. Het zorgt daarnaast ervoor dat de leerkracht leert in het moment te kijken en op wat ze ziet in te spelen. Bijvoorbeeld bij de activiteit 'move your body' moedigen we, bij de tips en variaties de leerkracht aan om zelf bewegingen toe te voegen.

Tijdens het hele onderzoek is herhaling van de activiteiten van belang geweest. Tijdens een stage in een kleuterschool heb ik geleerd dat herhaling erg belangrijk is voor jonge kinderen. Kinderen leren door imitatie. Door bewegingen na te doen van iemand anders verbreden ze hun eigen bewegingsvocabulaire. Herhaling helpt kinderen om nieuwe of andere vormen van beweging te integreren in hun lichaam. Daarnaast heb ik gezien dat het helpt om de oefening beter te begrijpen waardoor ze weten wat er van hen verwacht wordt. Doordat ze weten wat ze moeten doen ontstaat er meer vrijheid om te experimenteren met bewegingen en komt hun fantasie tot leven. Stinson (1988) zegt dat herhaling van belang is bij jonge kinderen omdat het een gevoel van veiligheid geeft en het nodig is voor het aanleren van bewegingsvormen. Dit was duidelijk terug te zien bij de activiteit 'play with animals'. De eerste keer dat we deze oefening deden was er weinig bewegingsvariatie. Na herhaling van de oefening begrepen de kinderen de opdracht. Daarnaast hebben wij als therapeut er voor gezorgd dat de activiteit uitbreidingsmogelijkheden had. Dit hebben we gedaan door te kijken naar wat het dier allemaal kan, wat het eet, hoe het slaapt etc. Doordat de kinderen meer verschillende bewegingen bij een dier uitproberen, breiden ze automatisch ook hun bewegingsvocabulaire uit. Wanneer we later in het onderzoek deze oefening herhaalden, konden de kinderen sneller zelf een dier uitkiezen en waren de bewegingen van het dier meer gevarieerd.

Stinson (1988) vertelt over deze activiteit dat werken met het thema dieren veel verbeeldingskracht vraagt van de leerkracht. Ze zegt dat je als aanbieder snel naar de bekende bewegingen van het dier gaat. Bijvoorbeeld bij het uitbeelden van een kat. De bekende beweging voor kinderen is rondlopen op handen en knieën en 'miauw' zeggen. Maar een kat kan nog veel meer dingen. Denk hierbij aan uitstrekken, rug bol maken, recht omhoog springen en zachtjes landen, spinnen, etc. Ze vindt het belangrijk dat de leerkracht hier ook naar kijkt. Dit omdat dans kinderen helpt om verder te denken dan de bewegingen die ze gewend zijn. Ze vertelt dat ze dit thema ook gebruikt om het bewegingsvocabulaire van de kinderen uit te breiden.

Haar visie hierover komt overeen met de manier waarop wij de activiteit hebben aangeboden. Zoals hierboven beschreven hebben we in het begin gekeken naar wat de kinderen bij het dier kenden om het daarna uit te breiden.

Leerkrachten en ervaringsgerichte training

In dit onderzoek is getracht de leerkrachten te betrekken bij de sessies. Dit is gedaan door de leerkrachten bij de sessies te ondervragen, achteraf te vragen naar hun observaties en te vragen om te participeren bij de sessies. Ik merkte dat het lastig was om de leerkrachten te motiveren en betrokken te krijgen. Waarom het zo moeilijk was heeft volgens mij meerdere redenen. Een van die redenen is door het gegeven dat we maar een korte periode bij hen in de ECD centres aanwezig waren. Hierdoor was de tijd om een band op te bouwen met de leerkrachten slechts beperkt. De

persoonlijkheid, de wil en de ervaringen van beide partijen bepalen dan hoe snel je iemand vertrouwt, wat dan weer meespeelt in hoe snel je iets kan aannemen van de ander. Daarnaast waren de klassen vaak erg klein waardoor het bijna niet mogelijk was om met drie volwassenen en 5 tot 8 kinderen te bewegen. Toch was het vooral de intrinsieke motivatie van de leerkracht die hierbij een grote rol speelde. Uiteindelijk heeft maar één van de drie leerkrachten zelf geparticipeerd in de sessies. Daar waar de leerkracht meedeed, was er een grotere vooruitgang te zien bij de kinderen. Ik denk dat dit komt omdat de kinderen zich kunnen toetsen aan dat wat hun vertrouwde leerkracht doet. Mally et al. (2009) vertelt het volgende over het begeleiden van kinderen: Ze zegt dat kinderen leren door observatie, betrokkenheid en modellering. Dit vraagt van de leerkrachten om actief betrokken te zijn met de kinderen tijdens het leren. Leerkrachten creëren een leeromgeving voor de kinderen, doordat ze een specifiek resultaat willen bereiken. In deze omgeving begeleiden ze de kinderen naar het verwachte resultaat. Door de reacties en interesse van de kinderen te observeren, kan de leerkracht inspelen op de individuele ervaringen van de kinderen. Mally et al. (2009) vindt het belangrijk dat het is toegestaan dat de kinderen tijdens het bewegen hun eigen keuzes maken en dat ze zoeken naar creatieve oplossingen. Hierbij krijgen ze de benodigde tijd om een passend antwoord te vinden. Leerkrachten tonen in deze zoektocht interesse en participeren in de bewegingsactiviteiten van het kind. Daarbij moedigen ze het kind positief aan zodat het zijn leren kan uitbreiden.

Wij als therapeut hebben getracht zo te handelen. Maar er is meer tijd nodig om de leerkrachten te begeleiden om ook ze te werk gaan. We hebben het geprobeerd maar ik denk dat dit een onderzoek op zich is. En een project wat dus aan te raden is voor vervolgonderzoek als dans- en bewegingstherapie ooit een deel wilt uitmaken van The Pebbles Project.

Naast de leerkrachten op de onderzochte ECD centres, hebben we ook getracht om de andere leerkrachten enthousiast te maken voor het dans- en muziekboek. Hiervoor hebben we, zoals verteld in de resultaten, een workshop gegeven aan de leerkrachten. Maar één van de drie leerkrachten die we begeleid hebben was hier bij aanwezig. Dit was eveneens de leerkracht die geparticipeerd had tijdens de sessies. Tijdens de workshop was ze enthousiast en heeft ze geholpen om de andere leerkrachten duidelijkheid te geven over het dans- en muziekboek. Toen ze voor de eerste keer met ons en kinderen bewoog was ze stil, stond ze in een hoekje heen en weer te schuiven en lachte ze een beetje verlegen. Als ik haar nu zie, op de beelden van de workshop, dan staat ze recht, met haar schouders naar achteren en haar hoofd opgeheven. Ze heeft een grotere bewegingsruimte dan in het begin en heeft er plezier in. De andere leerkrachten begonnen wat terughoudend in beweging. Hierbij nam niemand veel ruimte in om te bewegen. Naarmate de bewegingsactiviteit vorderde, namen ook zij meer bewegingsruimte in. Spontaan kwam er stem bij en op het einde hadden de meeste een glimlach op hun gezicht.

Ik kreeg het gevoel dat door samen te bewegen in een kring, dat er verbondenheid ontstond. Iedereen werd aangemoedigd, met momenten was er afstemming in het ritme en beweging. Maar vooral had plezierbeleving de bovenhand.

Besluit

Ten slotte kijk ik terug naar de doelen die voor dit onderzoek zijn opgesteld. Ik ga kijken of deze overeen komen met de resultaten van het onderzoek. Om antwoord te krijgen op ons hoofdoel, dans- en bewegingstherapie te implementeren in het leerprogramma van The Pebbles Project, heb ik in figuur 4 de subdoelen naast de resultaten van het onderzoek gezet.

Doelen van het onderzoek	Resultaten van het onderzoek
Onderzoeken welke methoden, technieken en werkvormen van dans- en bewegingstherapie passen bij de kinderen op de ECD centres.	Positieve effecten van de activiteiten op de kinderen en/of leerkracht.
De leerkrachten die met ons samenwerken meenemen in de activiteiten, zodat ze gemotiveerd worden dans en beweging verder te gebruiken.	Het dans- en muziekboek.
Het achterlaten van concrete handvatten voor de leerkrachten van The Pebbles Project.	CD met verschillende muziek.
	Workshop in de ECD training.

Figuur 4

Koppeling tussen doelen en resultaten van het onderzoek

Wij wilden met dit onderzoek dans- en bewegingstherapie implementeren in het leerprogramma van The Pebbles Project. De vraag is of we daadwerkelijk dans- en bewegingstherapie geïmplementeerd hebben?

Door het dans- en muziekboek te ontwikkelen hebben we concrete handvaten ontwikkeld. Naast het boek hebben we ook een workshop gegeven zodat de leerkrachten het boek leerden kennen en een basistraining in het geven van dans en beweging kregen. Dans- en bewegingstherapie is daardoor niet in de vorm als sessies geïmplementeerd in het programma maar als werkboek waaruit de leerkrachten activiteiten kunnen kiezen. Dit boek is een eerste aanzet tot dans- en bewegingstherapie. We hebben het ontwikkeld vanuit een danstherapeutische zienswijze. Wel hebben het zo vorm gegeven dat het eenvoudig bruikbaar is voor de leerkrachten.

4.1.3. Aanbevelingen voor de praktijk, beroepsontwikkeling en vervolgonderzoek

Vanuit dit onderzoek kunnen aanbevelingen gedaan worden voor diverse gebieden:

Voor de *praktijk*, waarmee ik in dit geval de organisatie The Pebbles Project bedoel, kunnen aanbevelingen gedaan worden voor de voortzetting van muziek en dans - en bewegingstherapie/lessen. Voordat we bij de organisatie kwamen, was Pebbles enthousiast om het muziekproject nieuw leven in te blazen. Omdat wij als danstherapeuten niet bevoegd zijn om muziektherapeutisch te werk te gaan, hebben wij getracht zowel dans als muziek te combineren door, zoals eerder vermeld, het dans- en muziekboek te ontwikkelen. In de korte periode dat wij hebben gewerkt met dans en beweging is er verandering in het bewegingsgedrag van de kinderen te zien. Hierdoor zou Pebbles er baat bij hebben om dit programma voort te zetten. Ik ben ervan overtuigd dat wanneer er intensiever en langer met de kinderen wordt gewerkt op dans- en bewegingsniveau het een positieve invloed kan hebben op hun ontwikkeling en gedrag, wat belangrijke gevolgen zou kunnen hebben op hun verdere toekomst. Daarnaast zou Pebbles er baat bij hebben als er een dans- en bewegingstherapeut in hun special needs programma zou komen werken.

In dit onderzoek is er gewerkt op drie ECD centres. Ik heb zelf ervaren dat er nog andere ECD centres zijn die onze hulp kunnen gebruiken. ECD centres waar het educatief niveau erg laag lag en waar er bijna niet omgekeken werd naar de kinderen. Ik beveel aan om hier studenten naartoe te laten gaan voor onderzoek. Ook hier zal een positieve ontwikkeling bewerkstelligd kunnen worden.

In Stellenbosch en Kaapstad zijn twee grote universiteiten en een hogeschool. Ik adviseer Pebbles om te gaan kijken wat deze universiteiten voor hun programma kunnen betekenen. Wanneer ze studentonderzoekers aannemen vanuit het eigen land, is er meer plaats voor continuïteit van het onderzoek. Dit omdat opvolging gemakkelijker te realiseren is.

Voor de *beroepsontwikkeling* kan vanuit dit onderzoek het belang van dans - bewegingstherapie bij kinderen aanbevolen worden. Uit dit onderzoek kan ik concluderen dat de vertraagde ontwikkeling, door verwaarlozing en armoede, positief kan beïnvloed worden door dans en beweging. In therapievorm wordt er al veel dans en beweging ingezet bij kinderen. Ik denk dat het van belang is dans en beweging een standaardonderdeel te maken in het basisonderwijs. Hierin kunnen ze ontwikkelingsgericht werken met alle leeftijden. Zoals verteld in de hoofdstukken 'interpretatie' en 'verklaring van de resultaten' zijn er genoeg studies die dit beamen.

Ten slotte wil ik aanbevelingen doen voor eventueel *vervolgonderzoek*. Dit onderzoek komt voort uit de aanbevelingen van het onderzoek "Ons gaan muziek maak". Hierin was te lezen: 'Onderzoek naar in hoe verre de andere media van creatieve therapie aansluiting kunnen vinden bij deze kinderen, in het bijzonder dans- en bewegingstherapie. Vanuit dit onderzoek hebben we gemerkt dat activiteiten met dans direct een positieve invloed had op de kinderen' (Pessies & Simons, 2013, p. 55). Vanuit deze aanbeveling en de vraag vanuit Pebbles hebben we getracht de resultaten van het onderzoek "Ons gaan muziek maak" met dit onderzoek samen te voegen. Maar zoals al beschreven in de sterke- en zwakte analyse was dit lastig voor ons omdat wij niet geschoold zijn als muziektherapeuten. Waardoor deze twee onderzoeken nog maar slechts een start zijn geweest op de vraag of muziek, dans en beweging een bijdrage kan leveren aan het programma van Pebbles. Ik adviseer om voor een volgende periode een student van de richting muziektherapie en de richting dans- en bewegingstherapie samen het project te laten begeleiden.

Naast het implementeren van het dans- en muziekboek zijn er nog veel andere gebieden waarbij Pebbles baat zou hebben om onderzoek naar te doen. Dit zowel gericht op het dans- en muziekboek als gericht op andere problematieken.

Gericht op het dans- en muziekboek:

In het dans- en muziekboek zijn 25 bewegings- en muziekgerichte activiteiten uitgewerkt. Er is getracht om zoveel mogelijk variaties toe te voegen en de leerkrachten aan te spreken op hun eigen creativiteit en inbreng. Ik denk dat, wanneer het dans- en muziekboek vaak wordt gebruikt, er ook vernieuwing van de activiteiten nodig is zodat ze geen sleur worden en daardoor het enthousiasme verdwijnt. Een verdiepend vervolgonderzoek wil ik aanbevelen.

In paragraaf 4.1.1. 'sterkte en zwakte analyse' heb ik gesproken over de twijfels van de bruikbaarheid van het dans- en muziekboek door de leerkrachten. Om er zeker van te zijn dat het boek gebruikt wordt zou dit opgevolgd kunnen worden. Als dit opgevolgd wordt kunnen we waarnemen of het boek in de vorm waarin we het aangeboden hebben bijsturing nodig heeft. Hierbij is opvolging door contact te houden met de leerkrachten via Pebbles een mogelijkheid.

Tijdens het onderzoek heb ik opgemerkt dat de dans en bewegingsactiviteiten een positief effect hadden op de leerkrachten. Veel van deze leerkrachten hebben zelf geen gemakkelijk leven en werken hard voor erg weinig geld. De meesten wonen in dezelfde gesloten gemeenschappen als de kinderen en hebben zelf zelden of weinig educatie gehad. Zij ervaren eveneens de negatieve effecten van alcohol omdat ze zelf groot zijn geworden in een omgeving waar veel alcohol werd genuttigd. Sommige leerkrachten gebruiken zelf overmatig alcohol. Er zou een onderzoek gedaan kunnen worden naar wat dans en beweging voor hen kan betekenen.

Wanneer er onderzoek gedaan wordt naar de leerkrachten, kan er ook gekeken worden wat de effecten hiervan zijn op het lesgeven in de ECD centres en/of naschoolse opvang. Daarnaast kan het onderzoek helpen om muziek, dans en beweging te implementeren in het bestaande lesprogramma, doordat ze zelf ervaringen hebben met muziek, dans en beweging. Bij dit implementeren beveel ik aan om de leerkrachten te coachen en te begeleiden in het leren werken met het dans- en muziekboek.

Tijdens dit onderzoek is er gewerkt in groepen. In die groepen zaten allerlei leeftijden, waren jongens en meisjes gemengd, waren verschillende problematieken en was er een variatie aan bewegingsniveau. Ik denk dat het zinvol is om onderzoek te doen waarbij er gekeken wordt naar de *special needs* kinderen. Volgens Pebbles zijn dit de kinderen die een ontwikkelingsachterstand hebben. Pebbles is op het moment bezig met een programma te ontwikkelen voor de special needs kinderen van de ECD centres. Hierbij worden de kinderen naar de kliniek van Pebbles gebracht voor individuele en/of groepstherapie. Liezl (ergotherapeut) werkt voornamelijk op cognitie, fijn en/of grof motorische vaardigheden en vaardigheden in het lezen en schrijven. Als ik zie wat dans en beweging heeft betekend voor de special needs kinderen in dit onderzoek dan ben ik ervan overtuigd dat dans- en bewegingstherapie een positieve bijdrage kan leveren in dit speciale programma.

Liezl kwam tijdens het onderzoek met het idee om een dans- en muziekboek te maken dat uit drie delen bestaat, zoals beschreven in 2.5. 'diagnostische fase'. Hierbij een beginnersdeel voor baby's, een intermediair deel voor de kinderen op de ECD centres en een gevorderd deel voor de naschoolse opvang. Wij hebben een dans- en muziekboek ontworpen voor kinderen in de ECD centres. Door de beperkte tijd hebben wij de andere delen niet kunnen ontwerpen. Daarom beveel ik aan om onderzoek te doen naar deel een en drie. Zodat de baby's en de kinderen in de naschoolse opvang ook profijt kunnen hebben van muziek, dans en beweging.

Gericht op andere problematieken

In de interpretatie van de resultaten heb ik verteld over de context waarin de kinderen opgroeien. Veel van de problematieken van de kinderen zijn ontstaan in het systeem waarin ze leven. Ik ben ervan overtuigd dat, wanneer er systeemgericht gewerkt kan worden met de ouders op de wijnboerderijen, je naar de bron van de vertraagde ontwikkeling van het kind gaat. Onder systeemgericht werken wordt verstaan dat men niet enkel naar de cliënt kijkt maar ook naar zijn of haar functioneren in de sociale omgeving. In eerste instantie is de sociale omgeving van het kind de gezinssituatie waarin het opgroeit. Ik beveel hierbij aan om muziek en dans- en bewegingstherapie te combineren met systeemtherapie op de wijnboerderijen. Ik heb gezien wat plezierbeleving bij de kinderen en bij de leerkrachten van Pebbles kan doen. Ik denk dat de mensen op de wijnboerderijen dit heel erg nodig hebben en dat het hun levenskwaliteit en opvoedkundige vaardigheden kan verbeteren. Door de ouders meer te betrekken in het werk wat met de kinderen gedaan wordt, kunnen ze meer inzicht krijgen in zichzelf en de gevolgen van hun gedrag (alcohol- drugsmisbruik, verwaarlozing en misbruik)

op hun kind.

Daarnaast is het van belang dat de ouders in de gesloten gemeenschappen voorlichting krijgen over allerlei aspecten. Dit kan gaan over het gebruik van alcohol en drugs tot hygiënische verzorging.

4.1.4 Vertaling naar eigen methodisch handelen

In deze paragraaf wordt beschreven hoe het onderzoek vertaald kan worden naar mijn eigen methodisch handelen. Hierin kijkende naar de verschillende rollen die ik in het onderzoek heb aangenomen. Deze is de rol van therapeut en van onderzoeker.

Rollen als onderzoeker

Ik heb als onderzoeker door het afstudeerproject een aantal eindcompetenties verder ontwikkeld op de gebieden; organisatie, professionalisering en onderwijs en onderzoek. *“Een eindcompetentie is het vermogen of de bekwaamheid om in voorkomende situaties adequaat te handelen vanuit een integratie van kennis, vaardigheden en houding op het niveau van de beginnende beroepsbeoefenaar.”* (Nota eindcompetenties, 2009, p.5).

Ik ben vanaf het begin als onderzoeker erg nieuwsgierig geweest en stond open voor nieuwe ervaringen en leermomenten. Deze nieuwsgierigheid is een ‘drive’ geweest in het hele onderzoek. In het 3^{de} jaar stage voelde ik al een interesse en nieuwsgierigheid naar het lezen van literatuur. Tijdens dit onderzoek heeft deze drive ervoor gezorgd dat ik veel literatuur ben gaan lezen. Door veel met de literatuur bezig te zijn, heb ik mijn competentie “onderzoeken” vergroot. Literatuur lezen en koppelen aan bestaande situaties geeft mij als onderzoeker en persoon voldoening omdat het zorgt voor meer inzichten in de manier waarop ik heb gewerkt en/of nog zou kunnen werken. Door in de literatuur te duiken kan ik als onderzoeker mijn handelingen beter onderbouwen. Het is een eigenschap die ik als onderzoeker bewuster heb leren kennen en die een meerwaarde heeft gehad binnen het uitvoeren van dit onderzoek. Het is een kwaliteit die ik heb ontwikkeld en wil behouden wanneer ik in de toekomst in het beroepsveld ga werken.

Naast het gebruiken en lezen van literatuur, heb ik door dit onderzoek ook kennis gekregen van de fases die men moet doorlopen om een goed actiegericht onderzoek te doen. Hierin heb ik geleerd hoe ik het beste data kan verzamelen en deze kan analyseren. Het geeft me meer vertrouwen om in de toekomst nog onderzoeken uit te voeren. Onderzoek doen is van belang omdat het een grote bijdrage kan leveren aan de ontwikkeling en profilering van de beroepspraktijk. Omdat dans- en bewegingstherapie nog niet overal even bekend is, is het goed om er meer onderzoek naar te doen.

Doordat we in de sessies gekeken hebben naar mogelijke oplossingen, verbeteringen en/of vernieuwingen voor het probleemgebied, is er ontwikkelingsgericht te werk gegaan. Uiteindelijk heeft het ontwikkelingsgericht werken geleid tot een nieuw product namelijk het dans- en muziekboek. Doordat we iets nieuws hebben neergezet en ontwikkeld is het een ervaring en kwaliteit die ik kan meenemen in het toekomstig werkveld. Ik kan vanuit dit oogpunt kijken naar een behandelteam, behandelvorm en behandeltherapie om innovatief te werk te gaan.

Rollen als therapeut

Van Keulen (2007) vertelt dat bij methodisch handelen in de therapeutische situatie gezegd kan worden dat de therapeut gebruik maakt van eigenschappen en kenmerken van verschillende processen (psychisch proces, dansproces, creatieve/vormgevingsproces en observatieproces). De, op ervaring gebaseerde, kennis hierover speelt een belangrijke rol in de keuzes die in het proces gemaakt worden. Methodisch handelen betekent dus dat je via bepaalde stappen een doel probeert te bereiken. Gedurende de sessies heb ik hiervoor verschillende technieken, attitudes en methodische kennis ingezet. In de volgende paragraaf is te lezen hoe ik het onderzoeksdoel, zoals beschreven in paragraaf 1.3. doelstelling, probeer te bereiken.

Tijdens de sessies heb ik een balans moeten vinden tussen therapeut en leerkracht zijn. Dit kwam omdat er in een educatieve setting gewerkt werd. De bedoeling van het onderzoek is om te kijken welke werkvormen aanslaan bij de kinderen en hiermee een dans- en muziekboek te maken. Om een balans te vinden tussen therapeut en leerkracht, zijn ben ik gaan kijken naar de begeleidingsstijl van de Sherborne bewegingspedagogiek. Volgens Sherborne (zoals geciteerd in Jaminé, 2009) ligt de belangrijkste garantie voor succes in de houding van de begeleider. Deze wordt gekenmerkt door zeven elementen: (1) sensitief-responsieve houding, (2) respect en gelijkwaardigheid, (3) positieve stimulatie en bevestiging, (4) veiligheid, (5) proces is belangrijk, niet het resultaat, (6) observeren i.p.v. beoordelen en (7) holistische benadering van de persoon. Deze zeven elementen komen allemaal terug in mijn therapeutische houding tijdens het geven van de sessie in het onderzoek. Voornamelijk

elementen 1, 2 en 3 staan voor mij heel het onderzoek centraal, waardoor element 4 gecreëerd wordt. Ik ben als begeleider/therapeut attent geweest voor de signalen die de kinderen gaven en heb me ingeleefd in hun belevingswereld. Ik heb hierbij steeds geprobeerd te reageren met een passend antwoord, door bijvoorbeeld te blijven observeren en de signalen van mijn eigen lichaam waar te nemen. Ik heb de leerkrachten en de kinderen gelijkwaardig en met respect behandeld, waarbij ik ze positief gestimuleerd heb en bevestiging heb gegeven wanneer dit nodig was. Dit heeft ervoor gezorgd dat er een veilige werksfeer ontstond. Deze drie houdingen vind ik als therapeut essentieel en de afgelopen vier jaar heb ik dan ook intensief gewerkt om me deze eigen te maken. Doordat ik als therapeut vanuit deze elementen in de therapie sta, is er vaak snel een verbinding tussen de cliënt en mij.

Ik ben een persoon die in een nieuwe situatie graag observeert aan de zijlijn. Ik tracht hierbij te kijken naar de non-verbale signalen en naar de groep als geheel. Doordat ik dit doe, lukt het me om van een afstand naar de hele situatie te kijken. Het geeft me een bredere blik op wat er zich in het moment afspeelt. Deze kwaliteit heeft me geholpen om de problematieken waarmee de kinderen te maken hadden van een afstand te bekijken en te plaatsen in de gehele context. Dit gaf me inzicht en rust, waardoor ik me in de sessies in het hier en nu kon concentreren.

Afgelopen jaren heb ik geleerd om als therapeut ook op educatief niveau te werken. Dit vond ik niet altijd even gemakkelijk tijdens het onderzoek. Toch was het soms nodig om de kinderen te laten zien wie de leiding heeft en wat getolereerd wordt en wat niet. Bijvoorbeeld wanneer er niet geluisterd wordt en/of er agressie was tussen de kinderen. Dan moest ik mijn educatieve vaardigheden naar boven halen en moest ik mezelf in bepaalde momenten in de hogere positie plaatsen. In het begin van het onderzoek kreeg ik soms het gevoel dat ik veel in de “boven” positie zat omdat de kinderen ons uittesten. Ik heb getracht ervoor te zorgen dat ik een balans vond tussen de “samen” en “boven” positie. Met de “samen” positie wordt er bedoeld dat je samen gaat kijken hoe je iets kunt bereiken. Met de “boven” positie sta je boven het kind. Het kind moet naar jou luisteren en jij bent degene die zegt wat de ander moet doen. Doordat ik al vaker met kinderen heb gewerkt op educatief niveau, lukte me het vrij snel om een balans te vinden tussen beide. .

Naast deze elementen heb ik gewerkt met een aantal danstherapeutische technieken om het onderzoeksdoel te bereiken. Een therapeutische techniek is volgens Smeijsters (2008) de interventie die een therapeut doet voor, tijdens of na een activiteit, (verbaal of in het medium). Het is de handeling waarmee de therapeut het therapeutisch proces beïnvloedt. Als ik kijk naar het onderzoek is er voornamelijk gewerkt met de verbredende techniek. Dit omdat de activiteiten in het dans- en muziekboek vaak het doel hebben om de kinderen te stimuleren tot het vergroten en uitbreiden van het bewegingsvocabulaire. Waardoor er een completere bewegingsexpressie mogelijk is.

Omdat iedere crèche heterogeen is, zijn er met nog andere danstherapeutische technieken gewerkt. Heterogeen houdt in dat er in één groep verschillende problematieken aanwezig zijn. Wanneer bijvoorbeeld een kind angstig overkomt, kleine persoonlijke beweegruimte (kinesfeer) heeft en zich niet laat uitdagen, dan werk je met een andere techniek dan wanneer een kind veel energie heeft en steeds de leiding neemt. Zo heb ik als therapeut steeds moeten wisselen in mijn attitude maar ook in mijn technieken. Ik heb bijvoorbeeld bij het angstige kind meer gewerkt met de technieken spiegelen, schaduwen en steunen door de activiteit samen te doen. Terwijl ik bij het andere kind meer met de technieken bestendigen en structuren heb gewerkt. Ik heb hierdoor als therapeut een bredere waaier van technieken leren hanteren. Deze technieken pas ik bewust of intuïtief toe in het moment. Het heeft ervoor gezorgd dat ik als therapeut flexibeler en meer in het hier en nu ben in een sessie.

Als ik naar het geheel kijk dan heb ik volgens Janssen (2011) de volgende therapeutische rollen toegepast: het kind er laten zijn zodat hun behoefte en mogelijkheden in het hier en nu zichtbaar worden. Dit heb ik gedaan omdat veel kinderen behoefte hadden aan positieve bevestiging, aanraking en gezien worden. Door deze rollen in te zetten creëer je volgens Janssen (2011) rust, ruimte en een plaats waar het kind zichzelf kan zijn en zichzelf kan laten zien. Voordat dit onderzoek plaatsvond, was ik niet zo zeer bewust van welke rollen en technieken ik als therapeut inzet. Door terug te kijken naar mijn therapeutisch handelen heeft het me helderheid gegeven in wie ik ben als therapeut en wat mijn waarden en normen zijn. Door deze helder te krijgen, kan ik ze later meer bewust en doelgericht inzetten in therapiesessies.

Daarnaast heb ik gemerkt dat ik meer kijk naar wat in het hier en nu te zien is en daar tracht aan te sluiten bij de behoefte van de cliënt. Om het therapiedoel niet uit ogen te verliezen, bereid ik meestal van tevoren een activiteit voor. Tijdens het aanbieden van die activiteit kijk ik in het moment hoe hierop wordt gereageerd. Zodoende pas ik de activiteit aan zonder het therapiedoel uit ogen te verliezen. Hierdoor is het voor mij mogelijk om binnen de therapieën af te stemmen op de doelgroep en flexibel aan te sluiten bij de behoefte van de cliënt. Ik stem dus tijdens de activiteit als het ware af op de cliënt.

Dit gebeurt meestal automatisch en intuïtief door mijn eerder opgedane bewegingservaringen en methodische kennis.

Als laatste kan ik zeggen dat het aanbieden van de sessies een bevestiging en verdieping was van mijn manier van werken en mijn therapeutische attitude en vaardigheden. Ik kan zeggen dat ik gelijkwaardige relaties aan kan gaan en binnen deze relaties empathisch reageer. Doordat ik als therapeut observeer, kan ik vanuit opgedane kennis en vaardigheden intuïtief en cliëntgericht werken. Daardoor sta ik flexibel in het medium.

4.1.5 Beantwoording van sub-vragen en de vraagstelling

In deze paragraaf wordt een antwoord gegeven op hoofd- en deelvragen van dit onderzoek. In het begin van het onderzoek zijn er een aantal deelvragen geformuleerd die richting gaven aan het onderzoeksproces. Na het lezen en trachten te beantwoorden van deze deelvragen heb ik ervoor gekozen om sommige van deze deelvragen samen te voegen. Ik heb hiervoor gekozen omdat ik tijdens het beantwoorden van de vragen vaak koppelingen tegenkwam tussen twee vragen. Waardoor het voor mij logischer was om deze samen te voegen tot een vraag. Hieruit zijn de volgende deelvragen gekomen.

Welke methoden, technieken en werkvormen sluiten aan bij deze kinderen?

In de diagnostische, ontwikkel- en actiefase hebben we vanuit onze intuïtie activiteiten bedacht en uitgevoerd. Tijdens het uitvoeren is er gekeken naar wat de kinderen in het moment lieten zien en nodig hadden. Er is niet bewust gewerkt met een methode of techniek maar vanuit kennis en vaardigheden die zijn opgedaan in de afgelopen jaren. Wanneer ik hier op terugkijk, sluiten volgende methoden, technieken en werkvormen aan bij de kinderen op de ECD centres.

Methoden:

Er is gewerkt vanuit de orthopedagogische en re-educatieve werkwijze. Daarnaast zie ik in sommige activiteiten de methodiek van Sherborne terug komen. Hierbij kan ik zeggen dat in dit onderzoek verschillende methodes effectief waren.

Technieken:

Zoals duidelijk werd in paragraaf 4.1.4. heb ik gewerkt met verschillende therapeutische technieken. Ik heb mijn kennis van de verschillende technieken toegepast in het moment. Het ene moment was dit bijvoorbeeld spiegelen en het andere moment kon dit structureren zijn. Ik kan dus zeggen dat er niet één techniek aanslaat bij deze kinderen maar dat het een wisselwerking is van verschillende technieken zoals verbredende techniek, spiegelen, schaduwen, steunen door samen, bestendigen en structureren.

Werkvormen:

De werkvormen die in het dans- en muziekboek staan, slaan aan bij de kinderen. Deze activiteiten zijn gestructureerd en hebben in meerdere of mindere mate een gesloten karakter. In de voor gestructureerde activiteit heeft de leerkracht de mogelijkheid creatief om te gaan met wat de kinderen laten zien.

Door de werkvormen in een gestructureerde vorm neer te zetten in het dans- en muziekboek wordt ervoor gezorgd dat het einddoel van de activiteit niet uit het oog wordt verloren. Ik kan dus zeggen dat er een breed gamma van werkvormen aansluit bij de kinderen op de ECD centres.

Wat hebben de leerkrachten nodig om voldoende gemotiveerd te zijn om de sessies na ons vertrek door te zetten?

De leerkrachten hebben motivatie nodig om de 'sessies' verder te kunnen zetten. Dit kan ontstaan door zelf te ervaren wat dans en beweging kan betekenen. Hierdoor kan er inzicht ontstaan in de oefeningen en plezier in het werken met de activiteiten in het dans- en muziekboek.

Hoe kunnen dans- en bewegingsactiviteiten en de resultaten van het muziektherapie onderzoek samengevoegd en geïmplementeerd worden in het bestaande lesprogramma van The Pebbles Project?

De twee onderzoeken/projecten zijn samengevoegd door het ontwikkelen van het dans- en muziekboek. Hierbij zijn de activiteiten van het muziekonderzoek samen gevoegd met de activiteiten van dit onderzoek. We hebben hierbij gekeken naar welke activiteiten van het muziekonderzoek pasten in dit onderzoek. Het dans- en muziekboek hebben we bekend gemaakt door het geven van een workshop aan de leerkrachten en het geven van een presentatie aan het team van Pebbles. Door dit te doen is er getracht om meer interesse te wekken voor het dans- en muziek programma, zowel bij

de leerkrachten als bij het team van Pebbles. Op deze manier is interesse van beide partijen vergroot. Nieuwsgierigheid en creativiteit worden geprikkeld waardoor de kans dat de activiteiten in het maandelijks lesprogramma opgenomen wordt, veel groter is.

Terugkijkend op bovenstaande antwoorden kan ik dan ook een antwoord geven op de centrale vraag van dit onderzoek:

“Hoe kan dans- en bewegingstherapie een vertraagde ontwikkeling positief beïnvloeden bij kinderen, die te maken hebben met verwaarlozing, armoede en/of het Foetaal Alcohol Syndroom, op de ECD centres in Stellenbosch, Zuid-Afrika, van The Pebbles Project?”

Dans- en bewegingstherapie kan een positieve invloed hebben op een vertraagde ontwikkeling bij kinderen die te maken hebben met verwaarlozing, armoede en het Foetaal Alcohol Syndroom door gebruik te maken van het dans- en muziekboek. Dit boek bestaat uit 25 bewegings- en muziekgerichte activiteiten die gericht zijn op het positief ontwikkelen van de volgende vaardigheden/ontwikkelingsgebieden; focus en concentratie, relaxatie, gecontroleerd energie vrijlaten, interactie en samenwerken en lichaamsbeeld/besef. Als de leerkrachten dit dans- en muziekboek gebruiken, mits de juiste coaching zal er een positieve invloed ontstaan op de vertraagde ontwikkeling van de kinderen op de ECD centres.

4.2 Discussie Maud

In dit hoofdstuk worden de resultaten eerst verklaard en geïnterpreteerd. Vanuit deze paragraaf volgen aanbevelingen voor de praktijk en eventueel vervolgonderzoek. Vervolgens wordt op het onderzoek gerefleeteerd middels een sterkte / zwakte analyse, waarna de resultaten geïntegreerd worden in het eigen methodisch handelen. Ten slotte wordt er antwoord gegeven op de vraagstelling en bijbehorende deelvragen.

4.2.1 Verklaring en interpretatie van de resultaten

In deze paragraaf verklaar en interpreteer ik de resultaten. Om een duidelijk overzicht te behouden, zijn de resultaten voor deze paragraaf ingedeeld in vier onderdelen: de vier categorieën van de procesevaluatie, de ontwikkelingen per crèche, het dans- en muziekboek en de training voor de ECD leerkrachten.

Vier categorieën van procesevaluatie

In de resultaten zijn uit de procesevaluatie vier categorieën tot stand gekomen Deze zijn: afstemming, samenwerking, creativiteit en therapeutische attitude.

In de resultaten wordt over *afstemming* vooral beschreven over waar deze plaats vond, dat wil zeggen tussen welke personen het plaats vond. Afstemming is meer dan een imitatie van gedrag. Het is communicatie over een gevoel waar de ander een interne representatie van maakt. De ander herkent het gevoel en reageert daar op eigen wijze op (Stern, 1986). Binnen een dans- en bewegingssessie kan de reactie hierop vanuit dezelfde modus ontstaan door bijvoorbeeld een beweging te maken, of vanuit een andere modus, bijvoorbeeld met een stemgeluid.

Volgens Stern (1986) zijn er gedragskenmerken die zorgen voor afstemming zonder tot imitatie te leiden. Deze gedragskenmerken zijn tijd, intensiteit en vorm. Een voorbeeld van tijd is de duur, het ritme of de gelijktijdigheid van een beweging. Bij intensiteit uit zich dit in een andere beweging maar een gelijke hoeveelheid energie of kracht. Bij de vorm kan dit zich uiten in het uitvoeren van dezelfde beweging maar met een ander lichaamsdeel. Er is geen strikte imitatie maar er vindt wel afstemming plaats door deze gedragskenmerken.

Door de beweging af te stemmen op de kinderen en ze een gevoel van herkenning te geven, was het mogelijk om contact te maken en voor veiligheid te zorgen. Als je op hetzelfde gevoelsniveau zit, het kind herkent en erkent, voelt het kind zich gezien en ontstaat er veiligheid om te mogen zijn wie ze willen zijn. In de sessies was dit zichtbaar door kinderen die in beweging konden uitdrukken wat ze niet konden vertellen met woorden.

De *samenwerking* met de leerkrachten verliep niet op elke ECD centre hetzelfde. Zoals in de resultaten te lezen is, was er per leerkracht een andere factor die ervoor zorgde of ze wel of niet meededen met de sessie. Ten eerste is het belangrijk om te vermelden dat in de 'uitleenzetting van

resultaten' (§1.1.5) gesproken wordt over het begeleiden van ongeschoolde leerkrachten in dans en beweging. North (1990) geeft aan dat bij het aanbieden van bewegingslessen het belangrijk is dat een leerkracht denkt in 'bewegingen'. Hiermee bedoelt ze dat de leerkracht niet moet kijken naar de analyse van de beweging, maar vertrouwen moet hebben op haar eigen lichamelijke ervaringen met bewegen. Wanneer ze dit kan, kan ze de bewegingen van de kinderen verbinden met haar eigen bewegingen en is ze in staat te voelen, door haar eigen ervaring, wat er nodig is om de kinderen verder te brengen.

Binnen dit onderzoek was het onmogelijk om de leerkrachten op deze manier te begeleiden én een boek met activiteiten te ontwikkelen. Door de verschillende reacties van de leerkrachten bleek dat het combineren van deze taken moeilijker was dan van tevoren gedacht. In de laatste weken kwamen we erachter dat de leerkracht van crèche A een negatief lichaamsbeeld over zichzelf had. Dit weerhield haar ervan om mee te bewegen. Dit is belangrijke informatie als je iemand wilt begeleiden in het proces om bewegingslessen aan te kunnen bieden. Aangezien dit pas laat duidelijk werd, konden we er niks meer mee doen. Daarnaast was deze leerkracht ook niet elke sessie aanwezig. Echter benoemde ze wel regelmatig de positieve veranderingen die ze zag bij de kinderen.

De leerkracht op crèche B was elke keer enthousiast en blij met onze komst. Ze zag veranderingen in de kinderen. Ik denk dat haar enthousiasme aanwezig was doordat het muziekonderzoek ook op deze crèche heeft plaats gevonden. Ze was al bekend met de methode en had bij het muziekonderzoek al gezien hoe kinderen kunnen profiteren van muziek. Tegen het einde van het onderzoek heeft ze telkens meegedaan in de sessies. Dit begon uit eigen initiatief.

Bij de leerkracht van crèche C vraag ik me af hoe ze de bewegingslessen zag. Ze was vaak afwezig waardoor het lastig was om een relatie met haar aan te gaan. In het begin werd duidelijk dat ze behoefte had aan veel structuur. Wij hebben dit achteraf gezien te weinig geboden. Vooral tegen het einde was het lastig om haar van tevoren in te lichten over onze activiteiten omdat we telkens in het moment werkten.

Op de evaluatieformulieren zijn alle drie de leerkrachten enthousiast over de bewegingslessen die aangeboden zijn. Ik heb het idee dat de leerkrachten van crèche A en C vooral gewenste antwoorden ingevuld hebben. Dit is niet controleerbaar, maar gezien de houding en reacties in vergelijking met de leerkracht van crèche B, lijken het vooral gewenste antwoorden. Kijkend naar de vragen die we gesteld hebben, zijn er veel gesloten vragen gesteld. De docente van crèche A heeft dan ook alleen 'ja' ingevuld bij een aantal vragen. Achteraf gezien hadden open vragen en een vertaling van het evaluatieformulier naar het Afrikaans kunnen helpen. De vraag wat ze precies gehad hebben aan de samenwerking is naar mijn mening nu nog onduidelijk.

De categorie *creativiteit* gaat in op de creativiteit van de kinderen die mogelijk ontwikkeld is. Zoals in 'rol van het medium' (§1.1.2) is beschreven, kan dans- en bewegingstherapie helpen om de creativiteit van kinderen te prikkelen. Dit gebeurde in het onderzoek door het bewegingsvocabulaire van de kinderen uit te breiden. Het woord 'vocabulaire' in beweging is hetzelfde als het woord 'vocabulaire' binnen de taal. Door het leren van nieuwe woorden wordt de woordenschat groter. Dat leidt ertoe dat je in staat bent om een zin op nieuwe manieren te zeggen of compleet nieuwe zinnen kunt maken. Hetzelfde geldt voor het uitbreiden van het bewegingsvocabulaire. Door nieuwe bewegingen te leren en te integreren in je bewegingsrepertoire, is het mogelijk jezelf op andere manieren uit te drukken in beweging (North, 1990). Integratie van bewegingen vindt plaats na herhaling van de beweging. Pas nadat een beweging eigen is gemaakt, wordt deze geïntegreerd in je bewegingspatroon. Daarom is herhaling voor deze kinderen belangrijk, zoals benoemd in de ontwikkel- en actiefase.

Door de kinderen activiteiten aan te bieden waarin veel polariteiten gebruikt werden (hoog, laag, snel, langzaam, groot, klein, etc.) hebben ze hun bewegingsvocabulaire uit kunnen breiden. Dit leidde ertoe dat ze in staat waren om hun emotie vorm te geven in beweging, waar ze dat voorheen minder of zelfs niet konden. In het werken met de kinderen werd vaak duidelijk dat ze niet beschikten over de woorden om te praten over hun gevoelens. Zo kwam er in één groep in de laatste fase van het onderzoek meer agressie naar voren in hun bewegingen.

Er zijn twee danstherapeuten die ook met het uitbreiden van het bewegingsvocabulaire hebben gewerkt. Chace en Payne beschrijven beide in Smeijsters (2005) over het effect van het uitbreiden van bewegingsvocabulaire. Chace leidde cliënten naar andere bewegingen omdat ze zag dat uitbreiding van het bewegingsrepertoire een uitbreiding van het gevoelsrepertoire betekende. Payne beschrijft dat het uitbreiden van het bewegingsvocabulaire aansluit bij creativiteit omdat het beschikken over een meervoudig repertoire aan bewegingen kan helpen om emoties tot uitdrukking te laten komen. Creativiteit is voor Payne tevens een begrip om aan te geven dat het niet gaat om voorgestructureerde bewegingen (Smeijsters 2005). De kinderen kregen in dit onderzoek de ruimte om te exploreren in beweging en vrij te dansen.

In dit onderzoek is er gewerkt met verschillende *therapeutische attitudes*. Zoals benoemd in de resultaten zijn dit:

- Werken op een gelijkwaardig niveau;
- Een open en steunende houding;
- Focus gericht op het positieve gedrag van de kinderen;
- Meegaan in de beleving van het kind.

Als je afstemt op de groep, weet je nooit van tevoren wat er in een les gaat gebeuren. De leerkracht, in dit geval de therapeut, kan van vooraf plannen maken maar het plan moet altijd flexibel zijn. Een les geven aan kinderen is nooit twee keer hetzelfde. Elke les is een creatie van zichzelf (Mertz, 2002). Dit werd duidelijk doordat dezelfde activiteit op elke crèche anders verliep. Hierdoor moest de therapeut met een open en flexibele houding in de sessie stappen. Het is belangrijk om op deze momenten ook mee te kunnen gaan in de beleving van het kind. Tijdens een sessie ging de therapeut bijvoorbeeld in op de beleving van het kind door vanuit vrije bewegingen dieren te gaan imiteren. De kinderen begonnen over dieren, waar de therapeut in meeging.

Voor de therapeuten was het belangrijk om de focus op het positieve gedrag te houden. De kinderen krijgen op genoeg andere plaatsen negatieve aandacht. Als er in de sessie iets ervaren werd wat niet prettig was, werd hier op een passende manier op gereageerd. De kinderen klommen regelmatig op de rug van de therapeut, met de handen rond de nek. Dit werd opgelost door duidelijkheid te geven over de situatie, de aandacht te richten op iets anders waar de kinderen in mee konden gaan en non-verbaal duidelijk te maken dat ze dit niet mochten doen door bijvoorbeeld op te staan en groter te maken dan het kind.

Als leerkracht/therapeut is het dan ook belangrijk om een tweetal zaken in het achterhoofd te houden bij het aanbieden van bewegingslessen. Het is belangrijk om het systeem van de kinderen in gedachten te houden om hun reacties op activiteiten te begrijpen. Daarnaast is het belangrijk om te weten op welk leer- en bewegingsniveau het kind zou moeten zijn in vergelijking met leeftijdsgenoten (Mertz, 2002).

In de samenwerking met de leerkrachten hebben we door middel van een open houding getracht op een gelijkwaardig niveau met de leerkrachten om te gaan. Dit resulteerde in een open houding vanuit de meeste leerkrachten naar ons toe. Hierdoor was het mogelijk samen te werken en de leerkrachten op hun eigen manier te betrekken bij de sessies. Een flexibele houding was hierin ook belangrijk. De leerkrachten maakten ruimte in hun programma voor ons, waar wij ons in aanpasten. Geen enkele sessie vond elke week op hetzelfde tijdstip plaats. Soms waren de lessen zelfs op een andere dag.

Ontwikkelingen crèches

In het begin van het onderzoek zijn er meerdere overeenkomsten te zien binnen de drie crèches:

- De kinderen lopen motorisch allemaal op schema;
- Ze hebben behoefte aan aandacht van de therapeuten;
- Er is veel imitatie aanwezig;
- Plezierbeleving ontstaat binnen de sessies;
- De kinderen hebben moeite de aandacht erbij te houden.

Bij elke crèche zijn er, naast de overeenkomsten, ook verschillende observaties naar voren gekomen. Deze zijn terug te lezen in tabel 7, 8 en 9 in de resultaten.

De kinderen hebben zich op elke crèche anders ontwikkeld maar er waren ook overeenkomsten tussen de ontwikkeling van de kinderen. Op alle drie de crèches was bijvoorbeeld plezierbeleving nog altijd aanwezig. Daarnaast was er op elke crèche een verandering in focus zichtbaar: van geen focus naar veel, iets meer dan in het begin of afwisselende focus. Daarnaast was het voor de kinderen mogelijk om hun emoties te laten zien in beweging. Dit resulteerde op een crèche in het hard zijn tegen elkaar en de overduidelijke behoefte aan aandacht van de therapeuten. Een uiting van emotie waarin duidelijk werd hoezeer ze liefde nodig lijken te hebben. Ze drongen zich op bij de therapeuten zonder oog voor hun klasgenoten te hebben. Op de andere twee crèches werden de emoties niet op de ander gericht, maar was het uiten van emoties zichtbaar in de beweging. Op twee van de drie crèches was het voor de kinderen mogelijk om zelf eigen bewegingen te kiezen en minder te imiteren. Op deze crèches konden de kinderen ook beter samenwerken aan het einde van het onderzoek. De leerkracht van crèche B merkte dit ook op en heeft dit laten blijken in de evaluatie.

Er zijn ook kinderen individueel veranderd. Een jongetje van crèche A is individueel opvallend veranderd. De allereerste sessie heeft hij bijna niet bewogen. Hij leek niet te weten wat hem over kwam, en hij kwam letterlijk niet in beweging. Aan het einde van het onderzoek bewoog hij met zijn gehele lichaam én een grote glimlach op zijn gezicht. De leerkracht vertelde dat hij de rest van de week spontaan begon te dansen. Door in de sessies een plek te creëren waar hij mocht zijn wie hij was, kon hij aan het einde laten zien wie hij is. Hij heeft zijn bewegingsvocabulaire uit kunnen breiden, hij leek veiligheid gevonden te hebben in zijn eigen lichaam waardoor hij overal danste en doordat hij hiervoor veel positieve aandacht voor heeft gekregen, leek zijn zelfvertrouwen vergroot.

Er zijn ook observaties uit het schema onveranderd. Bij crèche C was de focus bij de kinderen aan het einde van het onderzoek zo nu en dan aanwezig. De behoefte aan structuur werd aan het einde steeds duidelijker, en de tijd was te kort om hier nog iets mee te kunnen doen. Er was veel behoefte aan structuur en duidelijkheid, maar ook een grote behoefte aan aandacht en lichamelijk contact. Ze hadden veel energie, en waren altijd enthousiast in de sessies. Ze leken behoefte te hebben aan structuur om deze energie op een goede manier te kunnen uiten. Zonder structuur werd het chaotisch. De behoefte aan aandacht en lichamelijk contact werd bijna opgedrongen. Het leek alsof de behoefte zó groot was dat ze bijna alle liefde die je hebt, wilden ontvangen. Hierdoor ontstond, in mijn beleving, een stukje egoïsme. Niet bewust, denk ik. Ze wilden allemaal liefde hebben en leken vooral voor zichzelf te vechten, bijna een "survival of the fittest".

Kijkend naar deze ontwikkelingen binnen de drie ECD centres, kan met zekerheid gezegd worden dat er positieve veranderingen hebben plaatsgevonden.

Dans- en muziekboek

Het uiteindelijke product van alle activiteiten die uitgevoerd zijn, is het dans- en muziekboek. Aan de hand van dit boek kunnen de leerkrachten van alle ECD centres activiteiten aanbieden aan de kinderen.

De categorieën van het dans- en muziekboek zijn gekozen uit de observaties van de sessies. Verschillende behoeften van de kinderen kwamen telkens terug in de sessies. De herhaling van deze behoeften heeft ervoor gezorgd dat deze behoeften gekozen zijn als categorieën. Deze categorieën zijn: focus en concentratie, ontspanning, energie uiten, interactie en samenwerken en het lichaam. De categorieën zijn duidelijke doelen waardoor de leerkrachten een activiteit kunnen kiezen door af te stemmen op de behoefte van de kinderen. Er is dus bewust gekozen om geen gebruik te maken van een danstherapeutisch observatieschema, maar voor categorieën die voor iedereen te begrijpen zijn. Achteraf gezien zijn deze categorieën op gekozen met behulp van observaties en gebaseerd op gevoel. Ze kunnen onderbouwd worden, echter had een kritische blik en meer tijd ervoor kunnen zorgen dat de categorieën net iets meer toegespitst konden worden op de crèches.

De vormgeving van de activiteiten zorgt voor een duidelijk overzicht in het boek. Het geeft inzicht in het doel, de structuur en de mogelijke uitkomst van de activiteit. Daarnaast staan er tips en variaties in om de creativiteit van de leerkrachten te bevorderen. De vormgeving helpt de leerkrachten om op een goede manier de activiteit aan te kunnen bieden. Er is ruimte voor hun eigen creativiteit en tevens de mogelijkheid om de oorspronkelijke structuur te volgen. De mogelijkheid om te kunnen kiezen, geeft de leerkrachten ruimte om het dans- en muziekboek meer eigen maken. Als het boek meer eigen gemaakt wordt, is de kans groot dat ze activiteiten vaker uitvoeren omdat ze zich zekerder voelen in de uitvoering van de activiteiten. Door het vaker uitvoeren van de activiteiten zullen de leerkrachten veranderingen zien bij de kinderen. Dit is het uiteindelijke doel: dat dans en beweging een positieve invloed heeft op de (vertraagde) ontwikkeling van de kinderen.

In het begin van het onderzoek werden er activiteiten uitgekozen om met de kinderen uit te voeren. Het inspelen op hetgeen in het moment gebeurde, werd wel gedaan. Alleen in mindere mate dan tegen het einde van het onderzoek. Elke crèche reageerde anders op elke activiteit, waardoor meegaan in de beleving van belang was. Bij het vasthouden aan de reactie van een eerdere crèche, verliep de activiteit iets stroever. Tegen het einde van het onderzoek ontstond er een vaste structuur in de sessies. Er werd eerst gewerkt met het uiten van energie, daarna werd de focus van de kinderen geprikkeld om vervolgens tot rust te komen op de grond, in de lage laag. Het uiten van energie werd vooral vormgegeven in het vrij bewegen op muziek. Zo nu en dan kregen de kinderen in het uiten van energie opdrachten om te leren samenwerken of om te leren over hun lichaam. Naast leren samenwerken werd ook de focus geprikkeld door de leiding over de beweging door te geven in de

groep. Als de kinderen in de lage laag terecht kwamen, ontstond hier rust. Aan de behoefte aan affectie werd op deze momenten aandacht gegeven. Dit werd vanuit rust gegeven. Naar mijn inzicht was dit het moment in de sessie waar de mogelijkheid was voor de kinderen om liefde te leren ontvangen op een rustige, directe, gevoelige manier.

Door in de vormgeving van de categorieën gebruik te maken van kleuren die bij elke categorie past, wordt er sneller een link gelegd tussen de categorie en het doel. Bij elke categorie hoort ook een plaatje. Dit plaatje is op gevoel uitgekozen. Het personeel van Pebbles en Ina vonden deze plaatjes ook duidelijk en passend bij de categorieën. Kijkend naar de plaatjes bij de categorieën zijn ze passend. Als we meer tijd hadden gehad, waren de plaatjes mogelijk specifiekler geworden of zelf ontworpen.

De bijlage van het boek kan de leerkrachten helpen om te begrijpen waarvoor de categorieën dienen. Het geeft per categorie inzicht in de werking van dans- en muzieklessen bij kinderen. Dit inzicht wordt ondersteund door de literatuur die erbij gebruikt wordt. De informatie in de bijlage is geschreven op een manier die voor iedereen begrijpelijk is.

Pebbles zal van dit boek gebruik maken door de activiteiten onderdeel te maken van hun maandelijks programma. In elke training krijgen leerkrachten een programma aangeboden voor die komende maand. In dit programma zullen voortaan activiteiten uit het dans- en muziekboek opgenomen worden.

Bij het boek is ook een CD gemaakt. Door deze erbij te voegen, hoeven de leerkrachten niet zelf op zoek te gaan naar muziek. Op elke ECD centre zou een cd-speler aanwezig moeten zijn, waardoor ze deze kunnen afspelen. Op de CD staan energieke en rustige nummers. Deze kunnen ze bij alle activiteiten gebruiken waarbij muziek nodig is. De muziek op de CD sloeg aan bij de kinderen tijdens de sessies. Doordat het aansloeg bij de drie crèches, is er van uitgegaan dat het ook aan zou slaan op de andere ECD centres.

Training

Door het geven van de training was het mogelijk om de leerkrachten kennis te laten maken met dans en beweging. Ze hebben uitleg gekregen over de opzet van het dans- en muziekboek. Hierdoor hebben ze ervaring opgedaan binnen dans en beweging, hetgeen kan motiveren om dit zelf aan te bieden.

Uit de reacties van de leerkrachten op de training (tabel 12 en 13 in het hoofdstuk 'resultaten') is het mogelijk te interpreteren dat de leerkrachten zich in het begin van de ervaringsgerichte oefening ongemakkelijk voelden. Dit werd zichtbaar door hun non-verbale communicatie. Op het einde van deze oefening lachten ze veel en was er veel interactie op non-verbaal en verbaal niveau. Kijkend naar deze verandering in een sessie, kan ik stellen dat de leerkrachten een belangrijke ervaring hebben opgedaan. Namelijk dat in beweging gaan en samen dansen kan zorgen voor plezier, energie uiteten en in je lichaam komen.

De leerkrachten deden met ons mee zonder te twijfelen. Ze bewogen allemaal mee in de kring. In hoeverre dit met cultuur te maken heeft, kan ik niet bepalen door één training. Dansen is wel een onderdeel van hun opvoeding en/of cultuur waardoor ze gewend zijn om te bewegen. Daarbij vroeg ik me af in hoeverre het te maken had met respect en klassenverschil. Wat er wel duidelijk werd, was dat de medewerkers van Pebbles meteen allemaal "nee" zeiden in de vorm van een lichamelijke klacht of een excuus, bijvoorbeeld dat ze geen gevoel voor ritme hadden. Hierdoor werd een scheiding gecreëerd tussen de leerkrachten en de medewerkers van Pebbles.

Er is minder twijfel om te bewegen bij de leerkrachten, zeker in vergelijking met een groep volwassenen op stage vorig jaar. Dit waren volwassenen met een persoonlijkheidsstoornis, depressie en/of angststoornis. Bij deze volwassenen was in beweging komen zeker niet vanzelfsprekend. In tegenstelling tot de leerkrachten op de training. Daarbij werd er in de training vrij snel gebruik gemaakt van de stem, waar dit in Nederland/België onvoorstelbaar is in de eerste sessie. De stem kan namelijk worden beschouwd als meeste directe uitdrukking van jou als persoon. De stem is als het ware het eerste instrument dat je gebruikt. De stem is van belang voor mensen om te kunnen communiceren en voor zelfexpressie en zelfrealisatie. Het gebruik van de stem is heel persoonlijk en kan dichtbij komen (Silber, Hoeren & Hess, 2007).

Kijkend naar de training, de inhoud en de toekomst zullen de leerkrachten meer ondersteuning nodig hebben dan alleen deze training. Voor ons was het onmogelijk om meer te doen in de tijd die we hadden. Er komt nog een ECD training van Pebbles waarin ze het dans- en muziekboek krijgen. Dit was namelijk nog niet vertaald voor de training. Ze konden er dus nog niet mee aan de slag na de training. Hoe de leerkrachten de training ervaren hebben, hebben we niet getest aan de hand van een vragenlijst. Hier hebben we van tevoren ook niet over nagedacht omdat we het aangeboden hebben als ervaringsactiviteit en minder als een echte training.

4.2.2 Aanbevelingen

Aanbevelingen voor de praktijk zijn in dit onderzoek de ECD centres van The Pebbles Project. Er worden hiervoor regelmatige dans- en bewegingssessies aangeraden voor de leerkrachten. Vanuit de resultaten van de training werd zichtbaar dat ook de leerkrachten met behulp van regelmatige dans- en bewegingssessies nieuwe ervaringen op kunnen doen. Ze kunnen door deze sessies zelf nieuw bewegingsvocabulaire ontwikkelen. Dit kan hen helpen bij het aanbieden van de activiteiten aan de kinderen. Het in dienst nemen van een danstherapeut kan Pebbles helpen om deze hulp te geven aan de leerkrachten. In deze sessies kunnen de leerkrachten zelf hun emoties leren uiten waarna zij het kunnen leren aan de kinderen. In de training bewogen de leerkrachten gemakkelijk. Dansen zit al in het lichaam van de leerkrachten. Hun leven is, net als dat van de kinderen, niet altijd gemakkelijk. De meeste leerkrachten hebben ook te maken met hetzelfde systeem waar de kinderen in opgroeien. Door aan de emotionele ontwikkeling van de leerkrachten te werken, wordt er indirect ook gewerkt aan de ontwikkeling van de kinderen.

Voor de Nederlandse FAS stichting zou het interessant zijn om te testen of deze activiteiten een positieve invloed hebben op de (vertraagde) ontwikkeling van kinderen die in Nederland te maken hebben met FAS, verwaarlozing en/of armoede. Door dergelijk onderzoek te doen, zou onderzocht kunnen worden of de positieve invloed van dans en beweging cultureel bepaald is of niet.

Er zijn meerdere vlakken waar vervolgonderzoek zijn steentje aan kan bijdragen bij The Pebbles Project. Zo beveel ik aan dat een dans- en muziekstudent samen een onderzoek uitvoeren bij Pebbles. Wij hebben met minder kennis van muziektherapie toch oefeningen van het muziekproject in het boek laten terugkomen. We wilden het muziekproject niet verloren laten gaan en hebben door observaties en gebaseerd op gevoel de oefeningen in een categorie gedeeld. In een samenwerkingsverband tussen dans- en muziekstudenten kan de kennis van beide media ingezet worden waardoor het boek nog specifiek kan worden gemaakt.

Op dit moment is er niemand bij Pebbles om de bruikbaarheid te controleren van het dans- en muziekboek. Daarom is het belangrijk dat de bruikbaarheid als eerste onderzocht wordt. Er zou eerst een tevredenheidsonderzoek kunnen plaats vinden bij de leerkrachten en het personeel van Pebbles. Hierbij is het vooral belangrijk dat getest wordt in hoeverre het boek daadwerkelijk gebruikt wordt. Dit was voor ons namelijk onrealistisch om nog te testen. Na het testen van de bruikbaarheid kan de werkbaarheid worden onderzocht. Het is hierin belangrijk om te onderzoeken of er veranderingen zichtbaar zijn bij de kinderen en wat dan precies zorgt voor verandering. Als er geen verandering plaats vindt, is het ook interessant om te onderzoeken wat er eventueel aangepast kan worden in het programma.

Op dit moment is het gecreëerde dans- en muziekboek deel twee van een driedelig programma. Een dans- en muziekboek met activiteiten voor baby's, deel een, en een dans- en muziekboek met activiteiten voor de naschoolse opvang, deel drie, moeten nog gecreëerd worden. Deze twee delen kunnen gemaakt worden door middel van een vervolgonderzoek door dans- en/of muziekstudenten.

Bij het maken van dit dans- en muziekboek, werden drie ECD centres uitgekozen. Nadat we ook andere ECD centres bezocht hadden, werd duidelijk dat dit onderzoek voornamelijk plaats vond op de beter ontwikkelde ECD centres. Het zou een mooie kans zijn als vervolgonderzoek plaats zou kunnen vinden op de minder ontwikkelde ECD centres. Het ondersteunen van de leerkrachten op deze ECD centres is van belang, zeker als het gaat om het uitvoeren van het dans- en muziekboek, daar zij dit niet zelf kunnen. Het zou een mooie kans zijn voor studenten maar, ook voor de leerkrachten!

Als er gekeken wordt naar vervolgonderzoek specifiek voor dans- en bewegingstherapie raad ik aan om onderzoek te doen naar het proces van de kinderen in beweging. In dit onderzoek is vooral geobserveerd aan de hand van de categorieën. Dit is niet altijd objectief waardoor ik zou aanraden om via de LMA (Laban Movement Analysis) een onderzoek te doen aangezien deze observatiemethode een objectiever resultaat zal geven.

4.2.3 Reflectie op het onderzoek / sterkte- zwakteanalyse

De sterke punten en tekortkomingen in dit onderzoek hangen naar mijn mening met elkaar samen. De analyse is in vier onderdelen ingedeeld: Pebbles, het systeem, video-opnames en samenwerking. Hierin zullen alle sterke punten en tekortkomingen van het onderzoek aanbod komen.

Pebbles

Om te beginnen is het dans- en muziekboek dat in relatief korte tijd is gecreëerd, zeker een sterkte. Het is een uitgebreid boek met allerlei categorieën om op de behoeften van de kinderen in te spelen. Daarnaast is er informatie bijgevoegd over dans en beweging zodat de leerkrachten kunnen leren over de werking hiervan. Doordat er iets tastbaars achter is gebleven, heeft dit onderzoek voldaan aan de voorwaarde van Pebbles.

Achteraf gezien zijn er punten waarnaar kritischer gekeken had kunnen worden, zoals de categorieën en bijbehorende activiteiten. De categorieën en de indeling van de activiteiten zijn vooral op gevoel en observatie gekozen. Bij een kritischere blik, had dit meer onderbouwd kunnen worden. Deze tekortkoming kan ik wel verantwoorden aangezien er niet voldoende tijd was voor dit onderzoek. Vanuit school kregen we tien weken om het onderzoek uit te voeren en dit boek in elkaar te zetten. Van deze tien weken hadden we zeker vier weken nodig om de cultuur van het land en de organisatie te leren kennen.

Een sterkte van de samenwerking met Pebbles was de betrokkenheid vanuit de organisatie en vanuit ons. Elke werkdag van de week waren we aanwezig bij de organisatie waardoor er samenwerking plaatsvond en ideeën uitgewisseld werden. Dit nauwe contact heeft geholpen bij het gegeven dat onze ideeën met open armen werden ontvangen.

De ervaringsgerichte training die plaats vond met de leerkrachten was een sterk punt van het onderzoek. De leerkrachten hebben op deze manier zelf de ervaring opgedaan wat dans en beweging kan bieden. Achteraf gezien hadden we dit zeker eerder willen doen, maar dat was niet mogelijk door de korte tijdsduur. In de tijd dat we daar waren, hebben er drie trainingen plaatsgevonden. De eerste hadden we gemist, de tweede bijgewoond en aan de derde zelf iets bijgedragen. Meer dan dit was helaas niet mogelijk.

Een tekortkoming bij de training was dat het dans- en muziekboek niet op tijd vertaald was. Hierdoor konden de leerkrachten dit boek nog niet meenemen na de ervaring die ze opgedaan hadden. De plezierbeleving in de activiteit is niet gekoppeld met het dans- en muziekboek. Het Engelse boek is wel getoond maar te kort getoond om een koppeling te kunnen leggen met de ervaring. Het dans- en muziekboek wordt nu vertaald en in een andere ECD training aan de leerkrachten gegeven. Het boek achteraf geven heeft niet hetzelfde effect als het boek direct na de ervaring krijgen. Daarnaast is er geen gebruik gemaakt van evaluatieformulieren bij de training waardoor de werking niet getest kon worden. Deze tekortkoming kan ik verantwoorden omdat we op het laatste moment besloten deze training te geven. De training is gegeven met het idee om de leerkrachten een ervaring mee te geven, niet om ze daadwerkelijk op te leiden. In de training die we bijgewoond hebben, was het opgevallen dat leerkrachten vaak gewenste antwoorden leken te geven. In hoeverre er dan eerlijke antwoorden waren gegeven, zullen we nooit weten.

Binnen dit onderzoek was de samenwerking met de leerkrachten een sterkte. Door ze te betrekken in de sessies werden hun capaciteiten zichtbaar en leken zij zich meer gewaardeerd te voelen. We hebben ervoor gepleit dat de leerkrachten zich betrokken voelden. We wilden een gelijkwaardige relatie opbouwen en afkomst geen rol laten spelen. Naast het betrekken van de leerkrachten bij de sessies, hebben we geprobeerd ze mee te laten bewegen. Helaas is dit niet op elke ECD centre gelukt.

Om het onderdeel 'Pebbles' af te sluiten, ga ik in op een factor die zowel een sterkte als tekortkoming was. Aangezien het onderzoek plaats vond in een ander land, hadden we ook te maken met een andere taal, namelijk het Afrikaans. Deze taal lijkt op Nederlands, maar is het niet. Vooral in het begin

begrepen wij de kinderen niet altijd, en de kinderen ons niet. Hierdoor was het communiceren tijdens de sessie niet eenvoudig. Als de leerkracht aanwezig was, vertaalde zij voor ons. Als ze er niet bij was, waren we aangewezen op de non-verbale communicatie. Door tijdens de dans- en bewegingsactiviteiten gebruik te maken van non-verbale communicatie, van ons medium, werd voor de kinderen duidelijker wat we bedoelden. Als de kinderen bijvoorbeeld allemaal op ons lagen en wij vroegen of ze van ons af wilden gaan, snapten ze dit niet altijd door de taal. Door hier non-verbaal op in te spelen, snapten ze het wel. Het niet-spreken van de moedertaal was dus zowel een sterkte, als een tekortkoming binnen dit onderzoek.

Systeem

Met het onderdeel 'systeem' bedoel ik de omgeving waarin de kinderen leven. Ze leven op wijnboerderijen in arbeidershuisjes, waar ze via één of allebei de ouders regelmatig in contact komen met alcohol en/of drugs. De kinderen hebben hier ook te maken met verwaarlozing en/of armoede. De ECD centres zijn overdag een goede opvangplek voor de kinderen. Op de meeste ECD centres krijgen ze les, eten, liefde, aandacht en het gevoel van eigenwaarde wordt gestimuleerd. Een sterkte van het dans- en muziekboek in dit geval, is het aanzetten tot nog meer positieve benadering en de kinderen helpen met hun persoonlijke ontwikkeling. Zoals uitgelegd in het hoofdstuk 'verklaring en interpretatie van de resultaten' kan de persoonlijke ontwikkeling gestimuleerd worden door het uitbreiden van het bewegingsvocabulaire.

Het gegeven dat het dans- en muziekboek in dit onderdeel geen invloed heeft op het gehele systeem wil ik geen tekortkoming noemen. Het is namelijk onmogelijk om vanuit de ECD centres, zelfs met samenwerking van Pebbles, het systeem te veranderen. Hier ligt wel de oorzaak van de problemen bij de kinderen en daarom vind ik het belangrijk dit te benoemen. Pebbles heeft ouderbijeenkomsten georganiseerd, met weinig opkomst als gevolg. Deze tekortkoming is te verantwoorden door de korte tijd die wij er waren. Het is een oorzaak met een lange geschiedenis waardoor het vrijwel onmogelijk is hier iets aan te veranderen. Daarbij hoop ik dat er iets veranderd door het kind goede educatie en een plek te geven waar het wel liefde en aandacht krijgt.

Video-opnames

Gedurende dit onderzoek is er gebruik gemaakt van een videocamera om opnames te maken. Dit is een sterk punt van het onderzoek. Hierdoor konden de sessies terug gekeken worden, werden reacties zichtbaar en konden we objectiever kijken naar de activiteiten. We konden op deze manier onze interpretaties testen en er nogmaals met een kritische blik naar kijken. We konden daarbij ons eigen handelen zien, erop reflecteren en zo nodig aanpassen.

Bij het gebruik van elektrische apparaten is het onvermijdelijk dat er ook zaken mis gaan. Soms kon de camera niet alles opnemen doordat de SD kaart snel vol zat of viel de camera uit doordat de batterij snel leeg was. Deze zaken zijn onvermijdelijk. De bestanden waren daarbij erg groot waardoor ze moeilijk naar Ina door te sturen waren, zeker in combinatie met het trage internet was dit niet altijd mogelijk. Deze tekortkomingen vind ik daardoor te relativeren. Zeker kijkend naar het vele videomateriaal dat we wél verzameld hebben.

Samenwerking

Een scriptie maken in tweetallen hoort voor mij ook tussen de onderdelen van deze sterkte en zwakte analyse. Er zijn vele sterke punten aan het samenwerken in tweetallen. Het in een nieuw land zijn en er samen over kunnen praten, is zeker een van de eerste die hierbij hoort. Je bent niet alleen waardoor je de ervaringen die je opdoet van het land, de kinderen en in de sessies kunt delen. Het afwisselend aanbieden van activiteiten op de ECD centres was een hele goede keuze. Hierdoor waren er drie soorten observaties aanwezig (participerend, niet-participerend en niet-participerend extern). Er was ook een grotere variëteit aan activiteiten door het verschil van therapeutische kwaliteiten en focus van observatie.

Het feit dat je veel samen bent, bijna de heel dag, wil ik geen tekortkoming noemen. Wel vind ik het belangrijk om te noemen dat ook dit invloed heeft op het onderzoek. Doordat we voor dit onderzoek naar een ander land verhuisden, woonden we ook samen. Hierdoor ben je elke dag van de week bij elkaar en is afstand nemen van het onderzoek en elkaar lastig. Dit zorgde ervoor dat we niet altijd even kritisch bleven ten opzichte van elkaars therapeutisch handelen. Kritische vragen rond het onderzoek werden hierdoor niet altijd gesteld. Deze situatie kan in elk ander onderzoek voor komen waardoor het de uiteindelijke resultaten van dit onderzoek niet in slechte zin heeft beïnvloed.

4.2.4 Integratie van de resultaten op het eigen methodisch handelen

Het uitvoeren van dit onderzoek heeft op verschillende manieren invloed gehad op mijn eigen methodisch handelen. Om weer te geven welke invloed dit gehad heeft, maak ik gebruik van de eindcompetenties van de opleiding Creatieve Therapie zoals beschreven in tabel 14. Per categorie wordt toegelicht wat er specifiek verworven is.

Tabel 14 <i>Eindcompetenties van de opleiding Creatieve Therapie</i>			
Behandelen	Organisatie	Professionalisering	Onderwijs en onderzoek
Diagnosticeren en indiceren	Samenwerken	Reflecteren	Onderzoeken
Behandelen	Rapporteren	Ontwikkelen	Profileren
Ondersteunen/begeleiden	Ondernemen	Actualiseren	Overdragen

Opmerking: Overgenomen van Cilissen-IJsermans, Pénczes & Welten, Module CA.15-16 "Afstudeerproject". Heerlen 2014, p.5

Behandelen

Het werken met kleine kinderen was niet geheel nieuw voor mij, daarentegen de manier van werken wel. Als het geven van balletlessen aan peuters vergeleken wordt met het werken met de kinderen op de ECD centres, speelt de ontwikkeling van de kinderen in beide gevallen een rol. Er zijn wel verschillen zichtbaar in de manier waarop ontwikkeling plaatsvindt. Door deze ervaring werd duidelijk dat de balletlessen vooral over de vorm gaan, hoe de beweging eruit ziet. In het onderzoek ging het meer om de innerlijke beweging, hoe de beweging voelt en wat het teweeg brengt bij de kinderen. Ik heb geleerd dat resultaat niet belangrijk is als er wordt gekeken naar de ontwikkeling van het kind. Tijdens mijn stage vorig jaar lag de focus eerst op de individuele personen en daarna op de groep. In dit onderzoek is duidelijk geworden dat de focus op de groep leggen, helpt om het individu op zijn/haar eigen manier te helpen veranderen. De kinderen konden hierdoor op hun eigen manier ontwikkelen.

Het werken met kinderen die te maken hebben met verwaarlozing, armoede, alcohol- en/of drugsmisbruik en FAS was nieuw voor mij. Door te werken met deze kinderen heb ik veel geleerd over FAS en de diagnose hiervan. De uiterlijke kenmerken zijn duidelijk zichtbaar, en daardoor ook snel vast te stellen. De kenmerken in het gedrag kunnen door verschillende oorzaken zijn ontstaan, zeker in de situatie waarin deze kinderen zich begeven. Hierdoor is het lastiger om een diagnose te stellen. De kinderen komen snel knuffelen, vragen veel om aandacht en gaan gemakkelijk grenzen over, omdat ze deze niet lijken te kennen. Daarmee vragen ze ook om duidelijkheid. Hier kwam ik in conflict met mezelf. Ik wilde ze heel graag alle liefde geven die ik had, maar energie overhouden voor de rest van de dag was ook belangrijk. De balans hiertussen vinden was niet altijd even gemakkelijk, maar is uiteindelijk met momenten gelukt. De taal ervoer ik bij deze balans als een barrière. Non-verbaal was in de sessies veel mogelijk, en daarin heb ik ook veel geleerd. Buiten de sessies, en soms ook tijdens, heb ik door deze barrière ook ervaren hoe belangrijk taal op sommige momenten is. Het is onmogelijk om je reactie uit te leggen op een manier dat de kinderen goed begrijpen wat er bedoeld wordt. Hierdoor ontstond bij mij een bepaalde machteloosheid en twijfel.

Vorig jaar werd er op stage binnen de sessies gereflecteerd met en door de patiënten. Er werden gesprekken gevoerd in combinatie met dans- en bewegingssessies om zich te kunnen ontwikkelen. Met kinderen is dit lastiger, zeker in een andere taal. In dit onderzoek heb ik geleerd dat reflecteren en taal niet altijd belangrijk zijn om verandering tot stand te brengen. Er was bijvoorbeeld een kind in het onderzoek dat van niet kunnen/willen bewegen is gegroeid tot bewegen met zijn gehele lijf. Dit is ontstaan door het doen, zonder erover te reflecteren met dit kind. Ervaren is dus een belangrijke factor om tot verandering te komen binnen dans- en bewegingstherapie! De eigenlijke ervaring is belangrijker dan het woorden geven aan de ervaring. Als iemand niet de ervaring heeft gehad, is verandering niet mogelijk. Dit heeft mij geleerd dat een ervaring niet geverbaliseerd hoeft te worden om verandering te zien in het bewegingspatroon van cliënten.

Organisatie

Pebbles was een nieuwe werkplek in een nieuw land met een andere, nieuwe cultuur. Het aanpassen aan en leren kennen van deze cultuur kostte tijd. Gelukkig werden we met open armen ontvangen wat mij enorm heeft geholpen. In Nederland en België is dans- en bewegingstherapie nog een vrij nieuwe

therapievorm. Hierdoor gaat het benoemen van dit vak altijd samen met een uitleg erover. Door deze ervaring was het geen verrassing dat dit vak in Zuid-Afrika vrijwel onbekend is. Door het geven van een presentatie hebben we het personeel ingelicht over het vak en over het onderzoek. Dit leidde ertoe dat het personeel betrokken was bij het onderzoek. Het enthousiasme waarmee onze ideeën werden ontvangen en de betrokkenheid heeft ertoe geleid dat ik me welkom en gewaardeerd voelde. De samenwerking met Liezl heeft me geleerd dat passie voor je vak en ambitieuze ideeën ervoor zorgen dat je veel kunt bereiken in je werk.

Het werken binnen een non-profit organisatie (NPO) was een nieuwe ervaring. Ik heb geleerd dat elk personeelslid meerdere taken heeft. Buiten het onderzoek om hebben ook wij meerdere taken op ons genomen. We hebben op een ECD centre gewerkt waar hulp nodig was. Deze crèche voldeed niet aan de eisen om betrokken te worden bij het onderzoek. Er hebben drie sessies plaatsgevonden waarin we aandacht gaven aan de kinderen op een manier die ze normaal gesproken niet kregen. Daarnaast was er een project bij een naschoolse opvang, After School Club (ASC). Er is hulp geboden bij de Franse lessen met behulp van dans en beweging. We hebben de leraar Frans tips gegeven om de taal op een leuke manier te leren in combinatie met beweging. Het was even puzzelen, maar de kinderen waren na drie sessies erg enthousiast. Net als de leraar die veel ideeën kreeg door de bijdrage van dans en beweging.

Voor ons vertrek naar Zuid-Afrika is er middels donaties geld ingezameld om ter plekke materialen voor de kinderen te kunnen kopen en om voor een deel onze reis te bekostigen. Van deze donaties hebben we, naast het kopen van materialen voor de drie ECD centres, besloten de kinderen mee naar zee te nemen. Veel kinderen hadden deze nog nooit gezien. Ik heb hiervan geleerd dat het belangrijk is dat je onderneming van tevoren goed is geregeld, de taken duidelijk zijn voor de mensen die meehelpen en zij een aanspreekpunt hebben. Daarnaast hebben we hierover veel contact gehad met Pebbles die onze onderneming steunde en ons hielp bij het organiseren van een bus en eten voor de kinderen. Door hun en ons enthousiasme was deze dag mogelijk en geslaagd.

Professionalisering

Het werken met deze kinderen was voor mij niet altijd gemakkelijk. In eerste opzicht lijkt er niks mis te zijn met ze. Na observaties te analyseren en gesprekken met de leerkrachten te voeren, werd de problematiek duidelijker en daardoor ook de symptomen. Tegen het einde lieten de kinderen ook meer hun gevoel zien in de sessies. Sommige bewegingen leken in eerste opzicht vaak grappig of gek, soms maakten deze me ook ongemakkelijk. Sommige kinderen werden bijvoorbeeld agressiever of maakten seksueel getinte bewegingen die vanuit mijn beleving niet bij een kind van die leeftijd passen. Na verdere reflectie op mijn eigen handelen, maar ook de bewegingspatronen van het kind, werd duidelijk dat deze bewegingen vaak een schreeuw om aandacht waren, ze gezien en/of geliefd wilden worden.

Voor mij was het soms lastig om onderzoeksggericht te blijven kijken door de band die je opbouwt met de kinderen. Juist doordat ze zoveel liefde en aandacht vragen, raakte ik er persoonlijk bij betrokken. Ze hebben mij vaak geraakt, door hun puurheid en beschadiging die daarbij kwam kijken. Het horen over de achtergrond maakte het creëren van afstand niet makkelijker.

Een Skype-gesprek met Ina heeft geholpen om het onderzoek voor mezelf lichter te maken en meer afstand te nemen in de sessies. Door letterlijk te kijken wat er op het moment zelf gebeurde, lukte het om met afstand te kijken naar de kinderen. Hierdoor werd de focus gelegd op het dans- en muziekboek en niet op de individuele kinderen en hun proces. Hierdoor heb ik een manier gevonden om naar het onderzoek te blijven kijken en toch aandacht en liefde te kunnen geven aan de kinderen.

Onderwijs en onderzoek

Door middel van twee presentaties aan het personeel van Pebbles te geven, hebben we bekendheid gegeven aan dans- en bewegingstherapie. Zoals ik in de competentie organisatie al uitgelegd had, zijn niet veel mensen bekend met deze therapievorm in Zuid-Afrika. Het geven van de presentatie zorgde voor meer begrip en belangstelling vanuit de organisatie. Onze begeleidster van Pebbles, Liezl, snapte vanaf het begin af aan waar dans- en bewegingstherapie over ging. De werking hoefde niet uitgelegd of verdedigd te worden. Daarbij heb ik van Liezl veel geleerd over de ontwikkelingsstadia van kinderen, dit was haar expertise.

Onderzoek doen was een hele nieuwe ervaring voor mij. Ik ben blij dat dit onderzoek een duo-scriptie was. We konden samen reflecteren op het onderzoek en ervaringen samen verwerken. We moesten

bij Pebbles in een korte tijd iets achterlaten. In een nieuwe cultuur leven terwijl je onderzoek doet, was een ervaring die niet altijd gemakkelijk was. Je doet indrukken op bij het onderzoek en daarna hield het niet op want thuis kreeg je weer nieuwe indrukken. Deze indrukken vragen allemaal verwerking waar niet altijd de tijd voor was. De korte duur van het verblijf is daarom positief.

Voor mij was het lastig om de rol van onderzoeker en therapeut te combineren. Gedurende deze drie maanden heb ik hierin geleerd dat afstand nemen van de situatie mij helpt. Ik heb geleerd om non-verbaal duidelijkheid te geven aan de kinderen.

4.2.5 Beantwoording van de vraagstelling

Mijn discussie eindigt met de beantwoording op de hoofdvraag van dit onderzoek. De hoofdvraag luidt als volgt:

Hoe kan dans- en bewegingstherapie een vertraagde ontwikkeling positief beïnvloeden bij kinderen die te maken hebben met verwaarlozing, armoede en/of het Foetaal Alcohol Syndroom op de ECD centres in Stellenbosch, Zuid-Afrika, van The Pebbles Project?

Door het beantwoorden van de volgende deelvragen, is het mogelijk antwoord te geven op de hoofdvraag.

Welke methoden / technieken zijn geschikt voor deze kinderen?

In dit onderzoek is gebruik gemaakt van een aantal methoden. Blanche Evan en Franziska Boas (Levy, 2005) spelen hier een grote rol in. Zij maken gebruik van de 'creative dance'. In dit onderzoek is er veel gebruik gemaakt van vrije dans, inspelen op het moment en fantasie. Dit zijn kenmerken van hun methoden. Daarnaast heeft de methode van Sherborne geholpen bij de categorie ontspanning. Het gebruiken van polariteiten heeft geholpen om het bewegingsvocabulaire uit te breiden bij de kinderen. Marian Chace en Helen Payne (Smeijsters, 2005) maken hier ook gebruik van. De danstherapeutische technieken die gebruikt zijn en geschikt waren voor het werken met de kinderen, zijn: spiegelen, schaduwen en de rol van maatje innemen.

Welke werkvormen sluiten aan bij de kinderen?

De werkvormen die in het dans- en muziekboek zijn opgenomen, sloten allemaal aan bij de kinderen. Het beginnen met het ontladen van energie door bijvoorbeeld vrij te bewegen en ze hierin polariteiten te laten ervaren, was een behoefte van de kinderen die tegen het einde van het onderzoek duidelijk werd. Daarna was het mogelijk om ze ontspanning te laten ervaren door het opzetten van rustige muziek en het liggen op de grond.

De werkvormen die aansloten bij de kinderen konden samengevoegd worden met de categorieën van het dans- en muziekboek. Deze zijn focus en concentratie, ontspanning, energie uiten, interactie en samenwerken en het lichaam.

Wat hebben de leerkrachten nodig om voldoende gemotiveerd te zijn om de sessies na ons vertrek door te zetten?

Elk persoon is uniek. Iedereen heeft een andere motivatie nodig om tot iets te komen. Dit was ook te merken bij de leerkrachten van de ECD centres. Elke leerkracht had iets anders nodig, waarbij we niet altijd hebben kunnen geven wat nodig was, maar wel hebben geprobeerd ze er bij te betrekken. Zo had de leerkracht van crèche A het nodig om de voordelen en veranderingen te zien bij de kinderen om de activiteiten na ons vertrek uit te voeren. De leerkracht van crèche B heeft door het meedoen met de activiteiten ervaren hoe belangrijk dans en beweging voor de kinderen kan zijn. Bij de leerkracht van crèche C weet ik niet hoe gemotiveerd ze is om de dans- en bewegingslessen door te zetten na ons vertrek. Doordat ze moeilijk te peilen was, is het niet mogelijk om hier antwoord op te geven.

Hoe kunnen dans- en bewegingsactiviteiten geïmplementeerd worden in het bestaande lesprogramma?

Door het maken van een boek met verschillende categorieën zijn de leerkrachten in staat deze zelf in het lesprogramma in te voegen. Pebbles is van plan om activiteiten uit het boek te integreren in de maandelijkse lesprogramma's. Deze worden elke maand op de ECD training uitgedeeld. Het boek wordt op dit moment nog vertaald waardoor ze het op een later tijdstip krijgen dan van tevoren gepland. Daarnaast was de training een belangrijk onderdeel om de leerkrachten zelf de ervaring te geven van dans en beweging. Door implementatie van de dans- en bewegingsactiviteiten, kan het bewegingsvocabulaire van de kinderen uitgebreid worden.

Hoe kunnen de resultaten van het muziektherapieonderzoek samengevoegd worden met dit onderzoek?

De resultaten van beide onderzoeken zijn samengevoegd in deel 2 van een driedelig programma. De activiteiten die in hun draaiboek stonden, pasten binnen de categorieën van het dans- en muziekboek. De activiteiten die niet verwerkt zijn in het dans- en muziekboek, kunnen mogelijk nog in een ander deel van het uiteindelijke programma terechtkomen.

Om vanuit hier antwoord te geven op de hoofdvraag, kan ik stellen dat dans en bewegingstherapie zeker een positieve invloed heeft op de vertraagde ontwikkeling van de kinderen op de ECD centres. Door middel van het dans- en muziekboek dat geïmplementeerd wordt in het bestaande lesprogramma van Pebbles, wordt het bewegingsvocabulaire van de kinderen uitgebreid. Door de activiteiten te herhalen kunnen ze nieuwe bewegingen beter integreren in hun bewegingsvocabulaire. Door het integreren van nieuwe bewegingen krijgen de kinderen hulp om zichzelf op emotioneel, fysiek, sociaal en cognitief niveau te ontwikkelen.

Hoofdstuk 5: Samenvatting

Voor dit onderzoek mochten wij drie maanden naar Zuid-Afrika. Door de aanbevelingen van het muziekonderzoek (2013) en met behulp van Antoinette Tamminga zijn we in contact gekomen met The Pebbles Project. Uit het muziekonderzoek bleek dat dans en beweging spontaan ontstond tijdens de muzieksessies. Vanuit daar is dan ook de aanbeveling gedaan om vervolgonderzoek te doen met dans- en bewegingstherapie.

The Pebbles Project richt zich op kinderen die wonen op wijnboerderijen. Deze kinderen hebben te maken met armoede, verwaarlozing en/of het Foetaal Alcohol Syndroom. De ouders die werken en wonen op de wijnboerderijen misbruiken vaak alcohol en/of drugs. Door deze omstandigheden is er een kans dat er bij de kinderen sprake is van een vertraagde ontwikkeling. Pebbles zorgt ervoor dat de kinderen onderwijs ter beschikking hebben op de Early Childhood Development Centres (ECD Centres).

Door de aanbeveling en de problematiek is de volgende vraagstelling ontstaan: *Hoe kan dans- en bewegingstherapie een vertraagde ontwikkeling positief beïnvloeden bij kinderen die te maken hebben met verwaarlozing, armoede en/of het Foetaal Alcohol Syndroom op de ECD centres in Stellenbosch, Zuid-Afrika, van The Pebbles Project?*

Om antwoord te kunnen geven op deze vraag, zijn er een aantal acties ondernomen. Zo zijn er gedurende tien weken op drie ECD centres bewegingssessies aangeboden. De kinderen waren in de leeftijd van 3 tot 6 jaar. Elke ECD centre benodigde een andere focus waardoor er uiteindelijk 5 categorieën zijn ontstaan. Deze categorieën zijn verwerkt in een boek. In dit boek staan activiteiten die uitgetoetst zijn met de kinderen op de drie ECD centres. Als de activiteiten een positieve invloed hadden, zijn deze toegevoegd aan het boek. Activiteiten uit het muziekonderzoek zijn toegevoegd aan deze categorieën. Het uiteindelijke boek is daardoor het dans- en muziekboek geworden.

Dit boek is ontwikkeld met het doel om muziek, dans en beweging toe te voegen aan het bestaande lesprogramma. De leerkrachten op de ECD centres zijn de gebruikers van dit boek. Er is een CD toegevoegd met passende muziek voor de verschillende activiteiten.

Om het boek bekendheid te geven bij de leerkrachten, is er een workshop gegeven tijdens de maandelijkse ECD training. Hierin is een ervaringsgerichte activiteit aangeboden om ze kennis te laten maken met de werking van dans en beweging.

Als conclusie van dit onderzoek kunnen we stellen dat dans- en bewegingsactiviteiten een positieve invloed hebben op de vertraagde ontwikkeling van de kinderen op de ECD centres. Er is een dans- en muziekboek ontwikkeld voor de leerkrachten. Dit boek heeft training om de activiteiten aan te kunnen bieden. Er was te weinig tijd om dit naar behoren uit te voeren. Vervolgonderzoek kan helpen om het dans- en muziekboek volledig tot zijn recht te laten komen.

Literatuurlijst

- About DMT. (z.j.) *In American Dance Therapy Association*. Opgevraagd van http://adta.org/About_DMT
- Baarda, D. B. (2013). *Basisboek kwalitatief onderzoek: Handleiding voor het opzetten en uitvoeren van kwalitatief onderzoek*. Groningen [etc.]: Noordhoff.
- Barbarin, PhD, Oscar A. (2003). Social Risks and Child Development in South Africa: A Nation's Program to Protect the Human Rights of Children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 73(3), 248-254.
- Beemen, L. & Ekelschot, M. (2006). *Ontwikkelingspsychologie*. Groningen [etc.: Wolters-Noordhoff.
- Bertrands, E., Medts, C. De, & Descheppere, G. (2003). *Kleuterstappen in beweging: Bewegingszorg voor het jonge kind*. Leuven: Acco.
- BNN. (z.j.) 3opReis: Kaapstad [televisieprogramma]. Opgevraagd van <http://3opreis.bnn.nl/bestemming/31/kaapstad>
- BNN. (z.j.) 3opReis: Kaapstad 2 [televisieprogramma]. Opgevraagd van <http://3opreis.bnn.nl/bestemming/299/kaapstad-2>
- Cilissen-IJsermans, A., Pénczes, I. & Welten, J. (2014). *Module: CA.15-16 "Afstudeerproject"*. Heerlen: Zuyd Hogeschool.
- Coles, C. (1994). Critical Periods for Prenatal Alcohol Exposure: Evidence From Animal and Human Studies. *Alcohol Health and Research World*, 18, 1, 22.
- Deans, J. (2011). *Thinking, feeling and relating: Young children learning through dance*. Melbourne: University of Melbourne
- De Merck manual: Online medisch handboek*. (2004). Whitehouse Station, N.J: Merck Research Laboratories.
- Fasstichting. (z.j.). *In Fasstichting*. Opgevraagd van <http://www.fasstichting.nl/wat-is-FASD.php>
- Jaminé, B. (2009). *Een kijk op de Sherborne bewegingspedagogiek: Het groene boekje*. Deinze: Sherborne Vereniging.
- Janssen, N. (2011). *Technieken schematisch weergegeven*. Heerlen: Zuyd Hogeschool.
- Janssen, N. (2013). *Training HV*. Heerlen: Zuyd Hogeschool.
- Keulen, I. van (2007). *Dans in beweging; Een conceptueel model voor dans- en bewegingstherapie*. Heerlen: Zuyd Hogeschool.
- Levy, F. J. & National Dance Association. (2005). *Dance/movement therapy: A healing art*. Reston, Va: National Dance Association, American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance.
- Logo The Pebbles Project. (z.j.). Retrieved from <http://www.pebblesproject.co.za/>
- Mally, K., Langendorfer, S., DeMoss, M., Raynes, D. & National Association for Sport and Physical Education. (2009). *Appropriate practices in movement programs for children ages 3-5: A position statement from the National Association for Sport and Physical Education*. Reston, VA: National Association for Sport and Physical Education.
- Mertz, A. (2002). *The body can speak: Essays on creative movement education with emphasis on dance and drama*. Carbondale and Edwardsville: Southern Illinois University Press.

- Merwe, S. van der (2010). *The effect of a dance and movement intervention program on the perceived emotional well-being and self-esteem of a clinical sample of adolescents*. (Dissertation, University of Pretoria, South-Africa). Opgevraagd van <http://upetd.up.ac.za/thesis/available/etd-08122011-02334/unrestricted/dissertation.pdf>
- Migchelbrink, F. (2007). *Actieonderzoek voor professionals in zorg en welzijn*. Amsterdam: Uitgeverij SWP.
- Migchelbrink, F. (2007). *Praktijkgericht onderzoek in zorg en welzijn*. Amsterdam: Uitgeverij SWP.
- Nederlands Instituut voor Alcoholbeleid. (2010). *Rapport advies over alcoholgebruik aan zwangere vrouwen*. Opgevraagd van file:///D:/Downloads/u2010.07-rapport-advies-over-alcoholgebruik-aan-zwangere-vrouwen_2.pdf
- Niemeijer, M. H. & Gastkemper, M (Red.). (2004). *Ontwikkelingsstoornissen bij kinderen: Medisch pedagogische begeleiding en behandeling*. Assen: Koninklijke Van Gorcum.
- Nijenhuis, D., Bekkum, O. (2009). Terug naar de kern van vaktherapie: vaktherapeuten in het buitenland. *Tijdschrift voor vaktherapie*, 5 (3), 19-26.
- NPO. (1997). Willem Wever: Is er nog steeds Apartheid in Zuid-Afrika? [televisieprogramma]. Opgevraagd van http://www.npo.nl/is-er-nog-steeds-apartheid-is-zuid-afrika/15-05-2013/WO_NCRV_025603
- NPO. (2010). Van Dis in Afrika: Weerzien met Zuid-Afrika. [televisieprogramma]. Opgevraagd van http://www.npo.nl/van-dis-in-afrika-1/13-06-2010/VPRO_1140783
- NPO. (2014). Dwars door Afrika [televisieprogramma]. Opgevraagd van http://www.npo.nl/dwars-door-afrika/07-09-2014/VPWON_1211154
- North, M. (1990). *Movement & dance education: A Guide for the Primary & Middle School Teacher*. Plymouth, UK: Northcote.
- Payne, H. (2006). *Dance movement therapy: Theory, research and practice*. London: Routledge.
- Pebbles History. (z.j.). In *Pebbles Project*. Opgevraagd op 8 oktober 2014 van <http://www.pebblesproject.co.za/pebbles-history/>
- Pessies, C. & Simons, D.H.J. (2013). *Delheim alles in eens* [video-opname]. Stellenbosch.
- Pessies, C. & Simons, D.H.J. (2013). *Justin* [video-opname]. Stellenbosch
- Pessies, C. & Simons, D.H.J. (2013). *Ons gaan musiek maak: een actiegericht onderzoek naar de implementatie van muziektherapie binnen het leerprogramma van the Pebbles Project, welke gericht is op kinderen waarvan de ontwikkeling wordt bedreigd door alcoholmisbruik en de gevolgen van prenataal alcoholgebruik in Zuid-Afrika*. (afstudeerscriptie Zuyd Hogeschool Heerlen). Heerlen: Opleiding Creatieve Therapie
- Poelmans, P., Severijnen, O. & American Psychological Association. (2013). *De APA-richtlijnen. Over literatuurverwijzing en onderzoeksrapportage*. Bussum: Coutinho
- Preston-Dunlop, V. M. (1963). *A handbook for modern educational dance*. London: Macdonald & Evans.
- Rigter, J. & Hintum, M. . (2013). *Ontwikkelingspsychopathologie bij kinderen en jeugdigen: Een inleiding*. Bussum: Coutinho.
- Saunders, M., Lewis, P., Thornhill, A., Verckens, J.P. & Smitt, P. (2008). *Methoden en technieken*

- van onderzoek. Amsterdam: Pearson Education.
- Silber, O.-H., Hoeren, J. & Hess, P. (2007). *Klangtherapie: Wege zu innerer Harmonie*. Battweiler: Traumzeit-Verl.
- Smeijsters, H. (2005). *Praktijkonderzoek in vaktherapie*. Bussum: Coutinho.
- Smeijsters, H. (2008). *Handboek creatieve therapie*. Bussum: Coutinho.
- Stern, D. (1986). *The Interpersonal World of the Infant. A View from Psychoanalysis and Development Psychology*. N.Y.: Basic Books.
- Stinson, S. W. & National Dance Association. (1988). *Dance for young children: Finding the magic in movement*. Reston, Va: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance.
- Tamminga, A. (2012). *Does Pebbles make a difference?*. Zuid-Afrika
- Tamminga, A. (2013). *Does Pebbles make a difference? Part 2*. Zuid-Afrika
- Thom, L. (2010). From simple line to expressive movement: the use of creative movement to enhance socio-emotional development in the preschool curriculum. *American Dance Therapy Association*, 32, 100-112. Doi:10.1007/s10465-010-9090-2
- Vandereycken, W. & Deth, R. . (2004). *Psychiatrie: Van diagnose tot behandeling*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Van Heerden, M. (2009). *Note eindcompetenties CTHS Zuyd 2009*. Heerlen: Opleiding Creatieve Therapie Hogeschool Zuyd
- Verkiezingen Afrika. (z.j.). In *Kaapstad Magazine*. Opgevraagd op 4 november 2014 van <http://www.kaapstadmagazine.nl/verkiezingen-zuid-afrika>
- Vision and Mission. (z.j.). In *Pebbles Project*. Opgevraagd op 28 oktober 2014 van <http://www.pebblesproject.co.za/vision-and-mission/>
- Where we work. (z.j.). In *Pebbles Project*. Opgevraagd op 28 oktober 2014 van <http://www.pebblesproject.co.za/where-we-work/>

Bijlagen

Bijlage 1: PICO-vragen

Er werd voor dit onderzoek gebruikt gemaakt van PICO-vragen. Smeijsters (2008, p. 144) beschrijft PICO als volgt:

- P: patiënt: kenmerken van patiënt of probleem
 I: interventie: wat je doet of denkt te gaan doen
 C: co-interventie: mogelijke alternatieve interventies
 O: outcome: gewenst effect

Hierdoor zijn de volgende PICO-vragen ontstaan:

P	Zuid-Afrikaanse kinderen
I	Dans- en bewegingstherapie
C	X
O	X

P	Kinderen
I	Dans- en bewegingstherapie
C	X
O	Creativiteit bevorderen

P	Kinderen
I	Dans- en bewegingstherapie / Psychomotorische Therapie
C	X
O	Motorische ontwikkeling positief beïnvloeden

P	Leerkrachten
I	Dans- en bewegingstherapie
C	X
O	Intrinsieke motivatie stimuleren

Bijlage 2: Zoekgeschiedenis

Hieronder is de zoekgeschiedenis weergegeven van de literatuurstudie bij de verkenning van het probleemgebied.

Er werd literatuur gezocht in verschillende databanken en e-tijdschriften waarbij bruikbare literatuur is opgedoken. Er is veel literatuur gevonden die we uiteindelijk niet hebben kunnen gebruiken door de specifieke situatie en doelgroep waar we onderzoek naar doen. Hieronder zijn de zoekresultaten op een rij gezet.

Databanken:

Cinalh

- 'Dance' AND 'Children': 4 bruikbare resultaten

Google

- 'Dance movement therapist' AND 'South Africa': 1 bruikbaar resultaat

Google Scholar

- 'Dance' AND 'Africa': geen bruikbare resultaten
- 'Dance movement therapy' AND 'Children': geen bruikbare resultaten
- 'Dance' AND 'Children': 1 bruikbaar resultaat

Igitur (nu Narcis)

- 'Dance' AND 'Africa': geen bruikbare resultaten
- 'Dance therapy' AND 'Africa': geen resultaten
- 'Dans' AND 'Afrika': geen bruikbare resultaten

ScienceDirect

- 'Dance' AND 'Children': geen bruikbare resultaten

SpringerLink

- 'Dance' AND 'Children': 2 bruikbare resultaten

E- tijdschrift

Arts & Health

- 'Dance' AND 'Children': geen bruikbare resultaten

Body, Movement and Dance in Psychotherapy : an international journal for theory, research and practice.

- 'Dance' AND 'Children': 1 bruikbaar resultaat
- 'Dance movement therapy' AND 'Children': 1 bruikbaar resultaat

The arts in psychotherapy

- 'Children' AND 'Movement therapy': geen bruikbare resultaten
- 'Dance' AND 'Children': 1 bruikbaar resultaat
- 'Children': geen bruikbare resultaten

Meerdere artikelen hebben we gelezen, maar deze artikelen hebben we uiteindelijk gebruikt om tot de probleemstelling te komen:

Merwe, S. van der (2010). *The effect of a dance and movement intervention program on the perceived emotional well-being and self-esteem of a clinical sample of adolescents*. (Dissertation, University of Pretoria, South-Africa). Retrieved from <http://upetd.up.ac.za/thesis/available/etd-08122011-102334/unrestricted/dissertation.pdf>

Thom, L. (2010). From simple line to expressive movement: the use of creative movement to enhance socio-emotional development in the preschool curriculum. *American Dance Therapy Association*, 32, 100-112. Doi:10.1007/s10465-010-9090-2

Geraadpleegde literatuur aangereikt door anderen

- García, M. E., Plevin, M. & Macagno, P. (2012). *Creative movement and dance: The García-Plevin method*. Rome: Gremese.
- Karkou, V. (2010). *Arts therapies in schools: Research and practice*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Preston-Dunlop, V. M. (1963). *A handbook for modern educational dance*. London: Macdonald & Evans.

Geraadpleegde literatuur die we al hadden

- Levy, F. J. & National Dance Association. (2005). *Dance/movement therapy: A healing art*. Reston, Va: National Dance Association, American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance.
- Payne, H. (1990). *Creative movement & dance in groupwork*. Winslow.
- Smeijsters, H. (2008). *Handboek creatieve therapie*. Bussum: Coutinho.

Geraadpleegde literatuur uit de bibliotheek

- Cohen, B. B., Nelson, L. & Smith, N. S. (1993). *Sensing, feeling, and action: The experiential anatomy of body-mind centering*. Northampton, Ma: Contact Editions.
- Lundy, H. (2009). *Movement therapy techniques and therapeutic holding with children*. Saarbrücken: VDM Verlag Dr. Müller.
- Manen, J. & Tils, J. (2012). *Danscoaching: Persoonlijke ontwikkeling door fysieke en mentale expressie*. Amsterdam: Boom/Nelissen.
- North, M. (1990). *Movement & dance education*. Plymouth, UK: Northcote.

Bijlage 3: Basis motorische vaardigheden

1. Lopen

Waar motorisch op letten?

3-jarige	4-jarige	5-jarige
- Platte voeten (rolt niet af). - Ontwijken een stilstaande hindernis. - Beginnende zweeffase. - Ontwijken een stilstaande hindernis.	- Platte voeten (rolt nog niet af). - Zwaait de armen actief mee, - Loopt met zweeffase: het achterbeen wordt nog niet volledig uitgestrekt. - Neemt kortere bochten.	- Zwaait zijn armen krachtig voor-achterwaarts. - Rolt de voeten af. - Loopt met zweeffase: hij strekt het achterste been volledig uit. - Ontwikkelt een sterke toename van de loopsnelheid. - Ontwijken bewegende hindernissen.

2. Springen

Waar motorisch op letten?

3-jarige	4-jarige	5-jarige
- Stoot af met twee voeten. - Gebruikt vaak een te sterke afstoot waarbij de benen te sterk worden opgetrokken. - Landt soms tweevoetig, soms met een kleine pauze tussen beide voeten. - Springt ter plaatse enkele keren op en neer vooraleer over iets te springen. - Springt met kleine tussensprongen over twee a drie hindernissen en loopt nadien verder.	- Gebruikt een afstoot bij het springen; schakelt de armen actief in. - Trekt de knieën actief op, springt met te veel energie. - Loopt aan, stopt of remt af en springt daarna. - Landt op beide voeten. - Overschrijdt meerdere kleine hindernissen, maakt af en toe nog een onregelmatige landing. - Voert enkele sprongen na elkaar uit, houdt hierbij de armen opzij om het evenwicht te bewaren.	- Kan springen met twee voeten = afzetten en landen. - Past zijn springkracht aan de te overbruggen afstand aan. - Schakelt een kleine aanloop in. - Wint aan verte en hoogte. - Overschrijdt meerdere hindernissen met een regelmatige landing.

3. Huppelen

Waar motorisch op letten?

3-jarige	4-jarige	5-jarige
Zelden	- Wisselt het lopen af met 1 a 2 huppelbewegingen. - Gebruikt de armen nog om het evenwicht te houden. - Huppelt met steeds hetzelfde been voor = galopperen. Heeft vaak een voorkeur. - Meisjes beheersen huppelen doorgaans iets sneller dan jongens.	- Kan huppelen. - Zwaait de armen actief mee in gekruiste coördinatie. - Kan galopperen, zowel met het linker- als met het rechterbeen vooraan.

4. Hinken

Waar motorisch op letten?

3-jarige	4-jarige	5-jarige
- Zelden	- Maakt 1 tot twee hinkelpassen. - Heft het niet-belaste been te hoog. - Maakt een hoek in de heupen. - Het steunbeen blijft gebogen tijdens het afstoten en landen. - Zwaait met de armen om het evenwicht te bewaren.	- Kan op het einde van de 5-jarige leeftijd een afstand hinkelen. - Hinkt over lage hindernissen. - Houdt rekening met ruimtelijke aanduidingen zoals hinkelperken. - Buigt enkel het onderbeen van het niet-belaste been. - Zwaait het niet-belaste been functioneel mee tijdens de sprong. - Gebruikt de armen om kracht bij te zetten of houdt ze ontspannen.

5. Gooien

Waar motorisch op letten?

3+ - 4-jarige	4+ -5-jarige
- Duwt het voorwerp weg vanaf de schouder; - Haalt uit en werpt (de pauze valt weg.) - Gooit met toenemende inzet van de romp. - Controleert de werprichting beter.	- Gooit met een bovenhandse worp waarbij het been aan de kant van de werp arm (mee) uitstapt (homo laterale worp). - Brengt de elleboog op schouderhoogte tijdens de worp. - Evolueert naar hetero laterale worp: het been tegenovergesteld aan de werp arm stapt mee uit.

6. Vangen

Waar motorisch op letten?

2,5 Jarige & 3-jarige	4-jarige	5-jarige
- Probeert een groot, licht voorwerp (strandbal, ballon) te vangen. - Raakt grote, zacht toegeworpen voorwerpen. - Vangt met gestrekte, gespreide armen. - Draait het gezicht weg. - Blijft statisch staan en wacht het toegeworpen voorwerp af.	- Vangt grote, zachte ballen (strandballen, ballonnen, ...) met trage vlucht. - Probeert de bal te vangen door beide armen recht vooruit te strekken. Komt de bal op de armen terecht, dan klemmt hij de bal tegen de romp. - Probeert zich aan te passen aan de vlucht van de bal.	- Probeert makkelijk grijpbare voorwerpen te vangen met 1 hand (dominante hand). - Vangt voorwerpen met beide handen. - Verplaatst zich volgend de vlucht van de bal.

Bijlage 4: Feedback Liezl

The Pebbles Project

Report

24 May 2015

Maud Gubbels and Judith Brosens completed their internship as part of their research project in Dance Movement Therapy at The Pebbles Project. The Pebbles Project is a non-profit organisation in the Western Cape South Africa. They completed their internship from February to April 2015. They were supervised by Liezl Worship, the Early Childhood Development Special Needs Manager.

3 Early Childhood Development Centres in the Stellenbosch, Klapmuts and Somerset West areas were included in the research project. In addition, the students also facilitated sessions at a Pebbles After School club and 2 additional ECD Centres on wine farms in the Stellenbosch and Wellington areas.

Both students presented themselves throughout their internship in an appropriate manner. They were pleasant to staff members and interacted easily and respectfully with staff at the office as well as at the ECD Centres. The students were encouraged to communicate with all staff members at the Pebbles office and they managed this in a capable and effective manner. When confronted with concerns relating to interpersonal relationships, they were both willing to engage in resolving such challenges and always endeavoured to remain professional and willing to embrace diversity. At times they had difficulty accepting the many challenges faced by the communities that they worked in, but they were able to employ problem solving strategies and adjust their perceptions in order to reflect understanding and insight in the role that was required of them.

Despite the challenge of language differences, the students were able to engage the children included in their research groups in their Dance Movement Therapy sessions. They applied non-verbal communication techniques that made the children feel at ease and willing to participate in their sessions.

The students participated in a monthly Pebbles staff meeting where they presented their research plan to the Pebbles Staff. In addition they presented their draft programme to the ECD staff. In this presentation, they addressed questions and were able to elaborate on their research findings in a manner that allowed the ECD staff to develop a greater appreciation for the programme that they had developed for ECD learners at Pebbles. The students contributed to the training of all the ECD teaching staff at the monthly staff training where they trained the teachers in the implementation of the Dance Movement Therapy Programme for Early Childhood Development.

The students completed all their reports timeously. Their contributions and active participation in the weekly supervision meetings were good and the students always used this opportunity to ensure that they remained focussed on the expected results. They were very capable at extending ideas and integrating these into their research project. This ability definitely benefited the outcome of the final programme.

I would like to use this opportunity to wish both students (Judith and Maud) success in the final stages of their research project and the realisation of all their future plans.

Liezl Worship (Early Childhood Development - *Special Needs Programme Manager*)
May 2015

Bijlage 5: Evaluatieformulier leerkrachten

Hi teachers,

There is only one month left of our stay and we would like to get your opinion about what we are doing at the ECD'S. Since you know the kids better than us, you might see other facts that need attention then we do.

It would be amazing if you could fill in this evaluation form and give us recommendations for the last month. Filling in this form would help us to focus on what is needed in your ECD.

In the end we will leave a script with all our activities which can be used by other ECD'S as well.

Thank you in advance!!

Judith and Maud.

Evaluation

Activities

- What do you think the children learned from the sessions?

- What would you change about the sessions? Looking at:
Space:

Attitude:

How we treat the kids:

The activities itself:

The kids

- How did the kids act after the activities?

- Is there a difference between before we came and now?

- If yes, do you think this is due to the dancing sessions?

- Do you think there was a change in their behavior during their games?

Own experiences

- What did **you** experience during the activities?

- What did **you** see when the kids were moving?

- Are there specific feelings or emotions which **you** experience while seeing the kids move.

Bijlage 6: Dans- en muziekboek

Dit dans- en muziekboek is nog niet het officiële boek voor de leerkrachten. De activiteiten uit het draaiboek van 'Ons gaan musiek maak' zijn al vertaald naar het Afrikaans. De overige activiteiten worden nog vertaald door Pebbles. De Afrikaanse versie is vanaf juli 2015 te vinden op de website van Pebbles: <http://www.pebblesproject.co.za>. De CD die hoort bij het dans- en muziekboek is te vinden in bijlage 7. De activiteiten zijn dichter bij elkaar gezet om het aantal pagina's binnen de perken te houden.



DANCE CHILDREN, DANCE!

The Pebbles Project

DANCE & MUSIC BOOK

PART II – CHILDREN BETWEEN 4 AND 6 YEARS OLD

"Dance becomes a way for children to know themselves and to see connections with the rest of the world. Understanding oneself and one's relationship with the world is the most important purpose of dance in preschool." (Stinson, 1988)

Maud Gubbels & Judith Brosens

Dear teachers,

We, Judith and Maud, have been working with children on three ECD centres. On these ECD centres we have been working with movement activities.

During these movement activities we have seen that the children enjoyed dancing and learning at the same time. We have seen that dance is a part of your culture, which has learned us to encourage this even more with the children. It's not only fun for the children, also for you!

How to use the book?

In this book you can find lots of different activities to use with the children. There are songs and movement activities. The same as you are used to after using "Ons gaan musiek maak". You can

use this book during the day when the children need focus and concentration, having too much energy and need to move, calm down with the help of relaxation activities or if you want to teach them more about their bodies.

Every activity contains aims you and the children can achieve when you use them. Don't see this as a duty, but as a fun way to teach the children something and an expression of your own creativity. Feel free to change the activities with your own ideas!

We noticed that repeating activities helped the children to remember what to do and to better understand what they were doing. Repeating is a way for children to learn. That is why when you repeat the activities you will notice a change in the way they move, focus, relax and know their bodies. Children love to do things they already know! Children also learn by imitating so feel free to join them in the movements. This way they will definitely learn movements even faster!

The most important thing while doing these activities is to have FUN! There is no good or bad way to move and sing, not for you nor for the children. When you positively encourage the children, you might see a change in their behavior, this may even improve their self-esteem!

Dance, sing and most importantly: enjoy!

PS. Want to learn more about the different categories? Check the appendix!

Table of contents

1. Focus and concentration		3
Playing With Animals		3
Freeze Dance		4
Bubbles		5
Maklik en Vinnege Oefeninge Om Konsentrasie Te Verbeter		6
Dae Van Die Week		7
2. Relaxation		8
Swinging in the Blanket		8
Giving Love and Attention		9
Relax Music		10
Jy is Goed		11
3. Expressing energy		12
Baballoons		12
Free Movement		13
Volg Die Leier, Djembe & Shakers		14
4. Interaction and collaboration		15
Feel The Belly		15
Moving Together		16
Hi Feet, Hi Hands		17
Stoeldans		18
Ons Maak Nou 'n Kringetjie		19
Volg Die Leier, Dans		20
Ons Gaan Musiek Maak		21
5. Body		22
Naming Body Parts		22
Follow The Body		23
Body Parts in Space		24
Body Parts in Pairs		25
Move Your Body		26
My Lyfie		27
6. Appendix		28

1. Focus and concentration

Movement exercises.

Judith & Maud, 2015

Play With Animals	
The exercise	Sleeping and waking up like an animal
Sort of activity / aim	Concentration Focus Getting to know different animals Knowing the difference between being calm and energetic
Duration	+/- 10 minutes
Materials needed	None
Teacher preparation	Know the different kinds of animals and their behavior
Structure/ how do you present it?	1. You ask the children to act as if they are sleeping. Make sure that they lay down on the ground and are not talking. Eyes don't necessarily have to be closed. 2. Tell the children in what kind of animal they should wake up. 3. Make the noise of an alarm. 4. The children will wake up like the animal you said. 5. After being this animal for a while, ask them to go back to sleep. 6. You tell them to be another animal when the 'alarm' goes off. 7. Continue doing so, until you have the feeling the interest is gone. Kinds of animals you can use: - rabbit - lion / tiger - dog - cat - snake - elephant - chicken - bird - mouse - chicken
Tips and variations	<u>Tips:</u> - Do this exercise together with the children, especially in the beginning. You can show them how the animal moves. Afterwards they can do it themselves. - When the children are doing an animal, see for how long they can keep doing this animal. When you notice that the concentration goes away, let them go back to sleep. - You can make the exercises as long as you want. <u>Variation:</u> - When the children are sleeping, ask one of them what kind of animal they want to be when the alarm rings (make sure that everybody has a turn to choose). - Ask them what the animals drink and eat, where they live, etc. Let them imitate the way animals drink, walk, eat and the noise this animal makes.
Possible outcomes	- They will learn about the different kinds of animals - Learn different ways of moving (expand movement vocabulary) - They learn to choose - Concentration and focus in the excises



Freeze dance	
The exercise	When there is music from the tambourine or drum, the children do different kinds of movement exercises. When the music stops, the children stop moving.
Sort of activity / aim	Concentration Responsiveness Focus Learning different kinds of movement Observation to check their possibilities in motoric skills
Duration	10 - 30 minutes
Materials needed	Tambourine, drum or other instrument
Teacher preparation	Prepare some different kinds of movements
Structure/ how do you present it.	1. Take a tambourine or drum and play some music on it. 2. Tell the children what kind of movement they need to do when there is no music or sound. 3. The children do the movement that you asked while you play the tambourine / drum 4. You stop playing the tambourine or drum at this point the children need to stop moving and freeze. 5. Tell them another movement or continue with the previous one if you think they can do it one more time. 6. Continue like this. Kind of movements you can use: - walking fast / walking slow - running fast / running slow - jumping on two legs / jumping on one leg - jumping big / small - hopping - crawl - walking on their hands and feet - dancing 
Tips and variations	<u>Tips:</u> - Encourage the child at all times. - When someone isn't doing the movement right, you can try to teach them. Sometimes it happens automatically when you repeat the exercise. <u>Variations:</u> - Variation of movements: - Act like an animal (they can integrate the "Playing with animals" in this exercise) - With their bottom crawling on the ground - With their belly crawling on the ground - Movements you like, be free! - You can give the instrument to a child. This way the child controls when the others stop and start moving again (make sure that everybody has had a turn with the instrument).
Possible outcomes	- Expanding movement vocabulary - Learn to choose and make own decisions - Expanding motor skills
Bubbles	
The exercise	Blow the bubble blower. The children will try to break the bubbles.
Sort of activity / aim	Concentration Focus Having fun Express energy
Duration	+/- 5 minutes



Materials needed	Bubble blower
Teacher preparation	None
Structure / how do you present it	1. Ask the children to sit or stand. How you prefer it. 2. Make some space between you and the children. Blow the bubble blower. 3. The children will automatically try to break them!
Variation	<u>Variation:</u> You can ask to the children to blow by their own. Each on their turn. You can let them line up or stand in a circle.
Possible outcomes	- They have a way to express energy in a safe and structured way. - Concentration / focus - They'll have fun!

Music exercises "Ons gaan musiek maak"

Desiree and Caroline, 2013

Maklik en vinnege oefeninge om konsentrasie te verbeter.	
Tipe aktiwiteit	Ontwikkeling Verbetering van konsentrasie Motoriese vaardighede
Hulpmiddels	/
Tyd benodig	+/- 5 minute
Voorbereiding nodig	Probeer op die ritme klap, saam met jou vingers 'click'.
Struktuur	1. Hierdie aktiwiteit het nie regtig 'n struktuur nie. Dit is kort oefeninge wat jy enige tyd kan doen 2. Klap op 'n ritme 3. Kombineer die ritme met die 'click' van jou vingers. Bv. Tel tot by 4 in hierdie orde: Klap / klap / click / wag / klap / klap / click / wag ens. 4. Probeer om die tempo te verander ens.
Variasies en wenke	- Gebruik die aktiwiteit gedurende die dag wanneer jy agterkom die kinders verloor konsentrasie. Jy kan die volgende doen: 1. 'Click' jou vingers; 2. Slaan met jou hande teen jou bene; 3. Klap met jou hande teen die vloer 4. Klap met jou hande teen jou bors; 5. Kombineer die boonste aksies
Dae van die week	
Tipe aktiwiteit	Geheue Verbetering van konsentrasie Ssamehorigheid
Hulpmiddels	CD speler, TRACK 1 (CD 'Ons gaan musiek maak')
Tyd benodig	+/- 15 minute
Voorbereiding nodig	1. Luister na die liedjie op die CD 2. Sing saam met die cd totdat jy die liedjie se woorde en melodie uit jou kop ken. Maandag, Dinsdag, Woensdag, Donderdag Vrydag, Saterdag, en dan kom Sondag Sonda site k in die son, en die week is om Dum di dum di dum di dum di dum Dum di dum di dum di dum di dum

Struktuur	1. Lees die woorde van die liedjie vir die kinders in die melodie van die liedjie 2. Laat die kinders die liedje herhaal agter jou aan 3. Sit die CD aan en laat die kinders sing. Sing saam met hulle (hulle hoef nie die woorde perfek te ken nie. Hulle sal leer soos dit herhaal word). 4. Herhaal die liedjie totdat jy kan sien dit kinders raak verveeld of jy moet aanbeweeg.
Variasies en wenke	- Maak seker dat jou stem duidelik is sodat die kinders jou kan volg - Wanneer jy saam me die kinders sing, probeer om die woorde uit te los sodat hulle dit kan invul bv: Juffrou- “.. Saterdag” en dan kinderskom:- “... Sondag!” - Verander jou stemtoon. Begin bv. baie sag. - Make a change in tempo. Bv. begin baie sag en dan al hoe harder of begin baie hard end an al hoe sagter. - Moedig die kinders aan om te klap terwyl hulle sing. Jy kan ook vir hulle die drommetjies/shakers gee om mee te speel. - Die CD dien net as ondersteuning. As jy die nie nodig het nie, hoef jy die nie te gebruik nie.

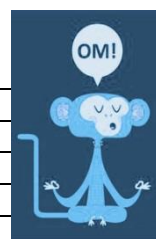
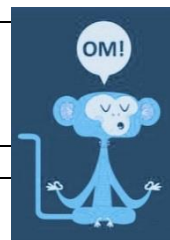
2. Relaxation

Movement exercises.

Judith & Maud, 2015

Swinging in the Blanket		
The exercise	Swing the blanket with one child in.	
Sort of activity / aim	Relaxation They feel seen and loved Letting go of their weight Relying on other's Taking care of each other Feeling: I can do this!	
Duration	+- 20 minutes (depends on the number of children in your class)	
Materials needed	Blanket that is soft and warm Relaxation music (CD-player) Make the room more dark	
Teacher preparation	Put some relaxation music on, make the room darker (put the lights of, close curtains, when available). Take a blanket. If possible do it with two adults !!	
Structure / how do you present it	1. Put the blanket on the floor. Ask the children to sit around the blanket. 2. One child lays down on the blanket. Make sure that he/she lays in the middle of it. 3. Lift the blanket carefully with everyone around it. Make sure you (and the other adults) take the heaviest part (this is usually at the head / torso / bottom). 4. Swing the blanket carefully. It's important that it happens in a calming manner. 5. After some time you can put the blanket, with the child in, back on the ground. Do this carefully and calm! 6. Then choose another child to lay down in the blanket. Important: - It's important that the children are quiet and calm to really get them relaxed! So when they talk, ask them to stop talking. - Make sure everyone gets a turn in the blanket.	
Tips	<u>Tips:</u>	

	- When you put the child back to the ground, you can do the exercise "Giving love and attention" immediately after that. After that exercise you swap turns. - It is possible they start crying; that's okay! Let them cry and leave them in the swinging blanket for a couple more minutes.
Possible outcomes	- The children will most likely be more calm, relaxed. - The fact that they will be carried by someone else, will help them to let go of feelings they don't want to carry or shouldn't be carrying. - They get a place to express feelings as sadness, feeling loved, etc.
Giving love and attention	
The exercise	The child who is wrapped in the blanket gets touched gently on their body and face.
Sort of activity / aim	Feeling loved Be seen Learning to give and receive love Learning to be kind to each other
Duration	+30 minutes (depends how big the group is)
Materials needed	Blanket that is soft and warm Relaxation music (CD player) A darker room
Teacher preparation	Put some relaxation music on, make the room darker (put the lights of, close curtains, when available). Take a blanket.
Structure / how do you present it	1. Put the blanket on the floor. Ask the children to sit around the blanket. 2. One child lays down on the blanket. Make sure that he/she lays in the middle of the blanket. 3. Wrap the blanket around the child with the intention that the child is completely packed in the blanket except for the head. 4. Everyone lays their hand(s) on the child who is laying in the blanket. You can softly rub the body and face. Or you can just put your hands on the child's body and face. The child will feel the warmth of the hands. 5. Do this for a couple of minutes. 6. Unpack the child softly. Help them to stand up. Important: - For this exercise it is the best that you (or another adult) rubs the head. You can learn a child to do this in a proper way. When we did this exercise it seemed difficult for a child to rub the head softly. - It's important that the children are quiet and calm! So when they talk, you ask them to stop talking. - Make sure everyone gets a turn!
Possible outcomes	- The children will feel love. - They get attention in a way they probably aren't used to. - This way they learn different kinds of loving. - They get a place to express feelings as sadness, feeling loved, etc.
Relax music	
The exercise	Listening to calm music.
Sort of activity / aim	Relaxation
Duration	+ - 10 minutes
Materials needed	Calming music (CD-player)
Teacher preparation	Put some calming music on, Make the room darker (switch the lights of, close the curtains, when available).
Structure / how do you present it	1. Put some calming music on. 2. You can do this exercise on different moments during the day: - During the program when you would like them to relax a bit. Let



from Desiree and Caroline, 2013.



Judith & Maud, 2015

J. Brosens en M.M.H. Gubbels

The exercise	Learning children what a balloon can do and how to play with it.
Sort of activity / aim	Express energy Concentration / focus Working together
Duration	+10 minutes
Materials needed	Balloons
Teacher preparation	None
Structure / how do you present it?	1. Let the children sit down in front of you. 2. Take one balloon and inflate it. 3. You can do the next things before you close the balloon: - Make noise with it (you can do this when you take the top of the balloon, and stretch it in a horizontal way). - Let it go, so it fly's away - Hold it but let the air get out of the balloon so it blows in your face. 4. Close the balloon. You can do the following things: - Ask them to keep the balloon in the air - Let them play freely with the balloon 5. When they know what they can do with a balloon. You can give everybody one (if this is possible) and let them play with it.
Variations	<u>Variations:</u> - Give one balloon for two children. They learn to play with each other and learn to share. - You can stand or sit in a circle and pass the balloon slowly, fast, high, low, etc. Do this when you have inflated only one balloon, this makes it less chaotic for you.
Possible outcomes	- Expressing energy - They'll have a lot of fun - After the exercise they might be more calm or more energetic
Free movement	
The exercise	Move freely on up-tempo music
Sort of activity / aim	Express energy / themselves
Duration	As long as you want it to take
Materials needed	Up-tempo music (CD-player)
Teacher preparation	Choose some music that has an up-tempo rhythm and you / the children prefer
Structure / how do you present it	1. Make sure that you have some space to dance. 2. Put the music on and let them dance in their own way. 3. After a while you can suggest other types of movement: - Move slow / fast - Move on the ground / up in the air - Move with two / three / the whole group - Let one child lead the movement. The rest imitates that child. Important: There is no good or bad, everything is good! Some children feel more comfortable moving close to the floor. Others enjoy standing still and simple shaking their heads or use their whole bodies to go through space or expend energy.
Tips	<u>Tips:</u> - When you let one child lead, it's important that every child has a turn in leading the movements. - When a child is shy, try to encourage him/her but do not force the child to move. It will come when the child is ready. - When you do this exercise more often, the children will learn in what kind of ways they can move. They will get more creative.
Possible outcomes	- Focus - Expressing energy / Expressing themselves



	- Having fun - Knowing more kinds of movements - More self-esteem
--	---

Music exercises "Ons gaan musiek maak"

Desiree and Caroline, 2013

Volg Die Leier, Djembe & Shakers		
Tipe aktiwiteit	Verbeter sosiale vaardighede deur luistervaardighede, konsentrasie en aanpasbaarheid te verbeter.	
Hulpmiddels	Djembé's of shakers	
Tyd benodig	+/- 15 minute	
Voorbereiding nodig	- Gebruik 'n djembé en speel 'n eenvoudig ritme met een hand, probeer dan bietjie moeiliker ritmes; - Gebruik jou linker asook regter hand; - Slaan een keer op die djembé en dan twee keer met elke hand; - Verander die ritme dat jy vinniger en stadiger speel (gebruik ook jou lyftaal); - Speel sagte en harde musiek; - Speel met jou hele hand en dan met jou vingerpunte; - Speel met 1 vinger, dan 2, 3, ens.	
Struktuur	1. Sit voor in die klas en laat die kinders na jou kyk 2. Gee vir elke kind 'n djembe of shaker 3. Verduidelik vir die kinders dat jy iets gaan speel dan moet hulle jou na-aap 4. As j 'n paar voorbeelde gegee het, gee 'n kind die geleentheid om voor te kom staan en die groep te lei. 5. Gee vir elke kind die geleentheid om voor te staan en die groep te lei.	
Variasies en wenke	- Herhaal die bogenoemde aktiwiteit sodat die kinders gemaklik kan raak met die idee om voor te staan en die groep te lei. - As die groep sukkel om die leiers te volg omdat hy/sy byvoorbeeld te sag speel, verduidelik vir die groep dat hulle ook sagter speel om te kan hoor wat die leier speel. Dis belangrik dat die groep aanpas by die leier. - Motiveer en prys die kind wat voor staan en die groep lei. Hy/sy sal dan meer vrymoedigheid en selvertroue hê om die groep te lei.	

4. Interaction and collaboration

Movement exercises.

Judith & Maud, 2015

Feel the belly		
The exercise	The children are laying on the floor with their heads on each other's belly's.	
Sort of activity / aim	Feeling someone else's belly Interacting with others	
Duration	+/- 15 minutes	
Materials needed	None	
Teacher preparation	Make some space in the room so the children are able to lay on the floor.	
Structure / how do you present it	1. Make some space in the classroom.	

	2. Help the children to make a line on the floor. First you let one child lay down on the floor. Tell another child to put their head on the belly of the child who is already on the floor. 3. This way you let all the children lay down on the floor, while their head is on someone's belly. If you want, you can lay on the floor with them. You can go in front of the first child, that way all the children are laying on a belly. 4. Now, you can let them do several things: - breathe - laugh - make sounds to make to belly go up & down - tell a joke - ask them if they are feeling the belly under their heads 5. When you stop the exercise, make sure that you let them go up one by one. This way you avoid clashes.
Possible outcomes	- While doing this, children will feel something moving under their heads. They might be laughing even more, because of this feeling. - Children learn how breathing works in their belly and how this feels.
Moving together	
The exercise	Everyone moves together while doing the same exercises.
Sort of activity / aim	Interaction Group feeling Tune into others
Duration	+/- 15 minutes
Materials needed	Music (CD-player)
Teacher preparation	Put on music of your choice and get the children together. Make some space in your classroom or outside.
Structure / how do you present it	1. Divide the children in two groups and put them in two lines looking at each other. 2. While being in these lines, walk to the right and left. Make a dance out of it! 3. When they understand left and right, you can move forwards and backwards with the children.
Variations	<u>Variations:</u> If you want to make it more difficult you can: - Do different movements like moving body parts. Use your left arm and put it in front of you. Change this with the right arm and both legs. - Use arms and legs together - Do the activity in just one line or in a circle, that will make it more difficult.
Possible outcomes	- Children will learn how to tune into each other, while doing the same movement. They learn that moving together is fun and you don't have to make up new movements all the time. Repeating is fine! - You'll create a group feeling with the children.
Hi Feet, Hi Hands	
The exercise	Say Hi to all the feet and hands in the room with your own hands and feet.
Sort of activity / aim	Interaction with each other Tune into others Learning to say 'Hello' in a different way
Duration	+/- 10 minutes
Materials needed	Music
Teacher preparation	Put on music and get the children together. Make some space in your classroom or outside.
Structure / how do you present it	1. Before you start the music, you ask the children in what ways you can say 'Hi' to each other. Let them tell and show you.



	2. Every way they tell you to say 'Hi', you do with all the children. So everyone learns the different ways to say 'Hi' that everyone already knows. 3. Now you introduce another way to say 'Hi' to each other. 4. On this point you can use music if you prefer. 5. You use your hands to go search for people and say 'Hi'. You don't have to stay on the same spot but can move in the room. Let the children do the same. Let them wave, give high fives, etc. 6. When they are getting bored of their hands, switch to the feet. Interact with the children while saying 'Hi' with the feet. 7. When everyone has experienced this, you can close the exercise by saying 'Bye' with a body part you choose or prefer most.
Tips and variations	<u>Tips</u> Make sure the children don't talk too much. Try to let them experience it with their body parts only. Saying 'Hi' and 'Bye' is fine of course! <u>Variations:</u> You can do this with other body parts as well: - Nose - Head - Elbows - Knees - Shoulders
Possible outcomes	They will learn how many ways there are to say 'Hi' and 'Bye'. They might learn to use their body parts in different ways and find new ways to get in touch with people instead of talking.

Music exercises "Ons gaan musiek maak"

Desiree and Caroline, 2013

Stoeldans	
Tipe aktiwiteit	Samehorigheid Verbeter sodiale vaardighede deur aan te pas by mekaar en mekaar ondersteun
Hulpmiddels	CD speler, die dans Cd / jou eie keuse van musiek.
Tyd benodig	+/- 15 minute
Vorbereiding nodig	Sit die stoele in 'n ry met hulle rye teen mekaar.
Struktuur	1. Verduidelik vir die kinders dat hulle moet dans rondom die stoele wanneer jy musiek speel. Wanneer jy die musiek stop (pouse) moet hulle dadelik 'n stoel kry om op te sit. 2. Wanneer jy die musiek weer aansit moet hulle weer begin dans. Voor jy die musiek vir die tweede keer stop, neem jy een stoel weg. Een kind sal nie 'n stoel hê wanneer hulle weer moet sit nie. Moedig die kinders aan om mekaar te help sodat almal sitplek het. Dit kind wat nie 'n sitplek het nie, kan dus op 'n ander kind se skoot sit. 3. Begin weer die musiek en herhaal die proses. 4. Dit gaan totdat daar net een stoel oor is.
Variasies en wenke	- Probeer die proses opwindend maak deur die musiek langer/korter te speel; wag lank voor jy dit afsit en dan weer baie kort. - Jy kan dit saam met die kinders doen as jy wil. Gebruik 'n afstandbeheer om die musiek aan en af te sit;
Ons Maak Nou 'n Kringetjie	
Tipe aktiwiteit	Samehorigheid



	Sosiale vaardighede
Hulpmiddels	Cd speler, nummer 'ons maak nou 'n kringetjie'
Tyd benodig	+/- 15 minute
Vorbereiding nodig	- luister na die liedjie. - lees deur die woorde van die liedjie terwyl jy dit sing. Probeer om saam te sing: Ons maak nou 'n kringetjie van al die seuns en meisies Ons maak nou 'n kringetjie van almal saam Neem nou 'n buiging Neem nou 'n buiging By die hand, by die hand, vat jou maatjie by die hand By die hand, by die hand, vat jou maatjie by die hand  Bewegings: "Ons maak nou 'n kringetjie van al die seuns en meisies" & "Ons maak nou 'n kringetjie van almal saam" => loop stadig in die rondte terwyl hulle sing en hande vashou. "Neem nou 'n buiging" => buig saam met die beweging "By die hand, by die hand, vat jou maatjie by die hand" => elke kind draai na die maat aan die regterkant en hou hande vas. Spring in die rondte. Maak groepies van 3 as daar 'n onewe getal kinders is.
Struktuur	1. Maak 'n groot sirkel met al die kinders 2. Moedig hulle aan om hande vas te hou 3. Sing die liedjie vir hulle, terwyl jy die bewegings hier bo volg. 4. Sit die CD aan en sing saam, die kinders hoef nie die woorde perfek te ken nie, hulle sal leer terwyl hulle die liedjie herhaal. 5. Oefen dit totdat die kinders dit ken
Variasies en wenke	- Maak dit meer opwindend deur stadiger te sing wanneer jy moet buig, gaan dan weer vinniger met "by die hand". - Laat die kinders dit nou op hulle eie doen. Laat hulle alleen in die kringetjie sing en dans en help hulle van buite deur saam te sing indien nodig. - Die CD is net ondersteuning. As dit nie nodig is nie, hoef jy dit nie aan te sit nie.
Volg die Leier, Dans	
Tipe aktiwiteit	Sosiale vaardighede Luister na mekaar Aan pas aan mekaar Leer te konsentreer 
Hulpmiddels	Cd speler, die dans CD of musiek wat jy gekies het.
Tyd benodig	+/- 15 minute
Vorbereiding nodig	- Luister na die musiek waarop julle gaan dans - Berei 'n paar maklike dans passies voor wat die kinders maklik sal kan na-aap
Struktuur	1. Verduidelik vir die kinders dat jy musiek gaan aansit en 'n paar bewegings doen wat hulle moet na-aap 2. Sit die musiek aan, begin dans en nooi die kinders om saam met jou te dans 3. Terwyl julle dans, verduidelik vir die kinders dat jy iemand se naam gaan roep en daardie kind moet dan in die middel gaan dans en bewegings doen wat almal moet na-aap 4. Kies 'n kind en laat hulle in die middel van die groep staan. Al die kinders moet dan die beweging na-aap wat die kind in die middel doen. 5. Gee na 'n rukkie vir iemand anders 'n beurt om die leier te wees

Variasies en wenke (Wanneer jy sonder die CD sing)	- Wees kreatief en maak jou eie dansie op. Hoe makliker hoe beter. - Die kind wat die leiers posisie in die middel neem het baie aanmoediging nodig. Hoe meer hulle aangemodig word, hoe meer selvertroue sal hulle kryg. - Dans saam met die kinders. Laat hulle in die rondte draai en moedig hulle aan om te dans. Moedig hulle aan deur hande vas te hou, in 'n sirkel te dans of saam rond te spring.
Ons Gaan Musiek Maak 	
Tipe aktiwiteit	Neem 'n rol in 'n groep Maak jouself hoorbaar Samehorigheid
Hulpmiddels	CD speler, TRACK 8 (CD 'Ons gaan musiek maak') Djembé's en 'shakers'
Tyd benodig	+ 20 minute
Voorbereiding nodig	- Luister na die liedjie - Lees deur die woorde van die liedjie terwyl jy daarna luister. Probeer saam sing: Ons gaan musiek maak, almal saam Ons gaan musiek maak, almal saam Ons gaan musiek maak, almal saam Ons gaan musiek maak, almal saam (herhaal hierdie 'n paar keer soos jy gemaklik voel) <i>Wanneer jy met die solo deel werk, verander die laaste sin na: "En nou is dit ... (naam van kind) se beurt"</i> <i>(sien verduideliking aan die onderkant)</i>
Struktuur	1. Deel die instrumente uit. Gee vir elke kind 'n 'shaker' of djembé. 2. Vertel vir die kinders dat hulle 'n nuwe liedjie gaan leer en dat hulle mooi moet luister. As hulle onmiddelik wil speel mag hulle. 3. Sit die CD aan en sing saam. (Hulle hoef nie perfek te ken nie) 4. Moedig hulle aan om saam te sing. Oefen dit 'n paar keer tot hulle dit ken. 5. Begin met die solo deel. - Sit 'n groot djembé of ander instrument voor - Verduidelik vir hulle dat wanneer hulle naam geroep word, hulle mag opkom en op die instrument speel. - Verduidelik vir hulle dat wanneer 'n maatjie voor speel, hulle sagter moet speel en sing sodat hulle die maatjie voor kan hoor. - Sing die liedjie weer en met die laaste sin roep jy 'n ander kind. 6. Eindig deur almal saam te sing.
Variasies en wenke (Wanneer jy sonder die CD sing)	- Laat een van die kinders jou rol inneem. - Moedig die kinders aan om positief en entoesiasies te wees - Wissel tussen vinnig en stadig; hard en sag. - As die kinders te verveeld raak, moenie vir al die kinders 'n beurt geen nie. Wissel so veel as moontlik. Gee volgende keer die ander 'n kans.

5. Body

Movement exercises.

Judith & Maud, 2015

Naming Body Parts

The exercise	They touch different kind of body parts and will give them a name.
Sort of activity / aim	Knowing the parts of their body Knowing how the body parts can move
Duration	+/- 15 minutes
Materials needed	Music (CD-Player)
Teacher preparation	None
Structure / how do you present it	1. Make sure everyone can see you. 2. Touch a part of your body (head, shoulders, arms, tummy, etc) and tell with one it it's. Make sure that the children repeat the body part and that they touch the correct one as well. 3. When they know the body parts, let them tell you which part you are touching. 4. Put some music on and ask them to move with the separated body parts you tell them to move with Different body parts you can use: - Upper body: - Head: Ears, Nose, Eyes, Cilia, Mouth, Eyebrows, Cheeks - Neck - Shoulders - Arms, Hands and Fingers - Breast - Middle body: - Belly - Hips - Lower body: - Legs: Knees, Feet and Toes.
Tips and variations	<u>Tips:</u> - Interchange using different parts of the body with moving the whole body. When using the whole body, they get a whole body image. <u>Variations:</u> - You can change rhythms - Let a child lead the exercise: let it point the body parts they have to move with.
Possible outcomes	- Knowing the body and how it moves. - Getting a whole body image - Self-esteem
Follow The Body	
The exercise	While dancing, following different body parts.
Sort of activity / aim	Getting to know the body parts Learn how they move
Duration	+/- 15 minutes
Materials needed	CD-player Music from the cd / music you choose.
Teacher preparation	Choose some music the children like to dance on
Structure / how do you present it	1. Make sure that you have enough space to dance. 2. Put some music on and let them dance in the way they want. 3. After a while you ask the children to follow different body parts. The body parts they can follow: Easy: - hand - finger - feet - head



	Difficult: - nose - ears - hips - knees - shoulders - breast
Variations	Variations: When they know how the exercise works and which body parts they can use. You can ask the children to decide which body parts they going to follow.
Possible outcomes	- They will be able to move body parts in isolation - They will know more about how their body moves - They will understand the different body parts
Body Parts in Space	
The exercise	Their body parts touch an object in the room.
Sort of activity / aim	Learning body parts Learning to use the space Responsiveness
Duration	+/- 10 minutes
Materials needed	None
Teacher preparation	None
Structure / how do you present it	1. While the children are in front of you, you tell them that they need to use a specific body part to go to an object in the room. Possibilities. With your hand to: - the ground - the wall - the chair - the table - etc. You can switch the hand with: - feet - bottom - nose - shoulder
Variations	Variations: Making it more difficulty: - Name the color of the table/chair where they need to go. - Tell them to put more kinds of body parts (like hand and feet) to an object. - Make it faster / more difficult: say the possibilities in a faster sequence You can do the next exercise after this one (Body parts in pairs)
Possible outcomes	- Knowing how they can move in different ways in space. - Learning the different body parts
Body Parts in Pairs	
The exercise	Working in pairs while using their bodies
Sort of activity / aim	Learning the different body parts Learning to work together
Duration	+/- 10 minutes
Materials needed	None
Teacher preparation	None
Structure / how do you present it	1. Let the children make pairs, or make them yourself.



	2. While the children are in front of you, in pairs, you tell them to put the same body parts to each other. Possibilities: Easy: - hand to hand - feet to feet - back to back - shoulder to shoulder - head to head - ear to ear - etc. Difficult: - hand to back - feet to back - feet to hand - etc.
Variations	<u>Variations:</u> - Change partners - Let them explore different kind of ways. Sometimes you need to show them how you can do it.
Possible outcomes	- Learning to work together - Knowing the different body parts
Move Your Body	
The exercise	Learning words while moving your body
Sort of activity / aim	Learning which directions your body can move Learn a language while using the body
Duration	+/- 10 minutes
Materials needed	None
Teacher preparation	None
Structure / how do you present it	1. Let the children stand in front of you or in a circle, what you prefer. 2. You tell them what kind of movement they have to do. 3. You can say the words in Afrikaans or English. This way they can learn a different language. Let them speak the words with you. 4. The kind of movements you can use: - Hands up in the air / down - Whole body up in the air / to the ground - Jump left / right - Jump in front / to the back - Turn around - Jump on your spot - Left / right arm - Left / right leg
Tips and variations	<u>Tips:</u> - Start slowly. Use two different kind of movements and build it up with more movements. - You can make a game out of it. Divide the group in two and let them do the movement one at a time. <u>Variations:</u> - At some point you can stop talking, just do the movement and let them speak. - You can say what they need to do without showing them what they should do. This way you can test how good they really know it. - Feel free to add your own movements!
Possible outcomes	They will learn the difference between left and right, up and down while doing the exercise. Repeat this more often and you will see the difference!



Music exercises "Ons gaan musiek maak"
Desiree and Caroline, 2013

My lyfie	
Tipe aktiwiteit	Samehorigheid Sociale vaardighede
Hulpmiddels	CD speler, track 6 (van die CD 'Ons gaan musiek maak')
Tyd benodig	+/- 15 minute
Vorbereiding nodig	- Luister na die liedjie - Lees deur die woorde terwyl jy na die liedjie luister en probeer om saam te sing; Dit is my koppie Dit is my lyfie Dit is my bene Ales van die here Doen dit my lyfie doen dit, Doen dit my lyfie doen dit. Bewegings: <i>"Dit is my koppie"</i> => bring you hande na jou kop toe. <i>"Dit is my lyfie"</i> => sit jou hande op jou heupe <i>"Dit is my bene"</i> => sit jou hande op jou bene <i>"Doen dit my lyfie doen dit"</i> => sit jou hande op jou heupe
Struktuur	1. Maak 'n groot sirkel met al die kinders. Hulle moet staan. 2. Sing stadig saam met hulle terwyl jy dit bewegings doen soos bo beskryf. 3. Sit die Cd aan en sing saam (die kinders hoef nie die bewegings perfek te ken nie, hulle sal dit leer soos julle dit herhaal) 4. - Oefen dit 'n paar keer tot die kinders dit ken.
Variasies en wenke	- Maak seker jy praat normaal en dat die kinders jou duidelik kan hoor en volg. - Die CD is net ondersteuning. As dit nie nodig is nie, hoef jy dit nie aan te sit nie.


6. Appendix
What is the book and how was it created?

Dance, movement and music is a language which is spoken by everybody and in which everybody is able to express him- or herself. By using this 'language' with children we think this can help them evolve on different levels.

The activities can be used as an instrument to observe the children, so that the teacher can perceive behavioral changes of the children; e.g. whether a child improves in areas like concentration, expression, behavior in the group or is simply having fun.

The kind of dance that is most appropriate for this age is most often referred to as creative dance or creative movement. It is an art form that is based on natural movement rather than movement of a particular style.

This book has been created in the three months that we visited different ECD centres. On these ECD centres we have offered different kinds of movement activities. During these activities we explored what was suitable for children with the age between 4 and 6 years old. These activities, and some new ones, are included in this book. We also included activities from the book “Ons gaan musiek maak”. If you would like to know all the activities of “Ons gaan musiek maak” you can check out that book.

We tried to explain the exercises in a way that it is possible for all of you to include some of it in your daily program.

How to use the book?

The book has been divided into 5 groups: focus and concentration, express energy, relaxation, interaction and collaboration and body. The moment you think they want to achieve something else in the classroom than there is, or want to relate to the feeling the children are having at that moment, you can choose between these groups. You can see change in the behaviour of children the moment you repeat exercises!

So, *repeating* exercises is important for children. They learn by imitating others! Repetition helps children to integrate new or different kinds of movement in their bodies. Repeating exercises also helps them to understand the exercise better. This way, they know what you expect from them. Knowing what to do also creates freedom to experiment in movement, their fantasy comes alive! Their movement capability expands also by repeating activities.

Movement capability is a language that you speak while you move. The moment there isn't so much diversity in the *movement language*, just a few varieties in the way of moving are visible. When someone knows more words from this language (aka more movements), the diversity will be visible in their way of moving.

Learning a wide diversity in the way of moving, especially while being young, can help children to be *more flexible* in life, for example. You can compare a way a child moves to their way of living. The more a child learns different kind of movements, the better he or she can save him/herself in new or unknown situations.

With dancing you also create *awareness of their bodies*. With greater awareness of his or her body, the child also becomes capable of greater overall self-control. Control of the body is the first kind of control children have over themselves and is the first step towards the development of internal control or “self-discipline”.

A *positive attitude* is very important while doing these activities. For a child it's important that the good is seen, not only the bad. While focussing on the positive things the children do, they get more self-esteem, they learn to love themselves and learn that the way they are, is perfect. It is perfect, even if it's not the same as others do it. The children are all perfect in their own way.

JOIN! Joining the activities helps the children to know what is expected of them. Remember: they learn through imitation. **AND** it makes it *more fun* for you too!

When the exercise is done, try to end in a *positive way*. Give them all a hug, group hug is possible as well, a high five or something else you want to do to show them they did great!

The aims of the book

The first and the most important aim of this book is: **HAVING FUN!** This is the first and most important aim because we saw that the children really loved the movement sessions.

We will explain something more about the different groups we made and why we made them.

Focus & Concentration:



The moment your children are very chaotic and you feel they need some focus you can use these activities. Of course, it depends on your own mood as well how you want to handle the situation. You can also choose to let them express energy first.

The activities in this group will help the children to focus and concentrate more. They will be focussed on you, an object or a fantasy. Besides that children will expand their movement capabilities when they do

these exercises.

The activities in this book asks for concentration from the children. That's why it might be suitable for the classes you give and not as a free play. While doing these activities, their concentration will improve. Once children learn what focusing feels like in dance, this may become a frame of reference for other activities in which concentration is more difficult to achieve (Stinson, 1988).

Relaxation:



Sometimes children get very energetic when they are actually tired. These exercises will help you to calm them down. Some exercises in this group focus on being loved, getting attention before calming the children down. Attention and love is very important for a child. It gives them more self-esteem which lets them grow, make their own decisions and lets them feel loved.

Lying quietly and becoming aware of quiet, internal sensations can be a very difficult task for children with limited impulse control. The moment children learn to be calm, they can learn to control their impulses. After a while when they have to make an assessment in the classroom they are able to be more concentrated on the task (Thom, 1963).

In the exercise with the blanket children will be carried by someone else. This will help them to let go of feelings they don't want to carry or shouldn't be carrying. This way children develop the sense that they can trust their bodies, both on their own and in relation to others.

Express energy:



Sometimes your children are so excited and so energetic than you aren't able to do anything else but let them release this energy!! So here are some activities that help you to let them release all their energy.

After using these activities, you can do some relaxation activities. While we did the sessions, we noticed that this sequence is very good for the children.

Incorporating free movement time into your daily program, gives children another opportunity to develop somatic awareness. During these times, children attend to their understanding that any kind of movement is acceptable and may be pleasurable. Free movement allows children to dance to music without necessarily attaching representation to their movement. The acceptance of all movement frees the children to follow their instincts and attend to the somatic cues within their own bodies, rather than seeking an external vision of their bodies and movements (Thom, 2010).

Interaction and collaboration:



When children are young, co-operating and sharing with others isn't something they love to do but it's something you have to teach them. If they never learn about it, they will never know it. While dancing together children learn awareness of and respect for others. Experience in dance can help children respect the working space of others, as they learn about 'personal space' and 'shared space'. Children also learn to recognize and appreciate differences.

With young children the transference of attention from self to another child is a great step forward and takes time. Looking at another moving being with interest and finding out that doing things together is fun, are the key steps. The new idea is that special things can be done in dance together which could not be done alone (Preston, 1963, p. 29).

Body:

There are many things to learn about the body. Not only the names of the body parts are important to know, but being aware of your own body might be as important as knowing the names.

Being aware of your own body is also known as body awareness. While dancing the moving person is able to feel what is happening inside of the body. It's one thing to move and something else to feel the movement. Like it's one thing to listen and another to hear (Preston, 1963).

What makes body awareness important to learn about (Stinson, 1988) ?

- Knowing your own body: it's important to the growth of an overall self-concept ("who I am"). The body is the first self that we know; awareness of our bodies is an important aspect of knowing and loving ourselves.
- Emotions and feelings: body awareness is also an essential step in becoming aware of our feelings. Feelings do not exist just in our minds, but in our bodies as well. When we feel angry, sad or excited we feel it in the whole self.
- Developing spatial orientation: children who do not perceive the space of their own bodies may frequently misjudge distances, bump into things, or otherwise seem not to know where they are. Knowing where you are is a part of knowing who you are.
- The development of (new) motor skills: the moment you learn children new things to do with their body, they will develop and grow anyhow! If you practice motoric skills with them, they will learn new ones and develop old ones. Their body develops and can do more (new) things.

Outcomes

So all of this, why should you do it? What does dance and movement do with the children? It works on different levels, we will explain them to you (Stinson 1988):

- Cognitive learning: this is stimulated by the dance experience. For example, children go up and down before they know the words. Next, the words become associated with the movement and accompanying body sensations. We noticed that young children can't think or talk about movement without doing it. Preschool dance provides concrete experiences in which children become more aware of movement they see in their world, try it on themselves and notice how it feels.
- Self-esteem: as children learn more and develop new skills, their self-esteem tends to increase. A child's self-esteem is also enhanced through participation in activities in which his or her contributions are valued.
- Creativity increases: Children will learn more about the world around him/her and the world inside him/her. Fantasy helps them to increase creativity. Not only the children benefit from this. The teacher who leads the dance sessions has the opportunity to experience his or her own sense of wonder while moving. You might rediscover areas of imagination of yourself you forgot existed!
- Having fun: the children will love it! Dancing is fun, especially when you are allowed to dance in your own way. Besides that it's a pleasant way to teach the children something.

Resources:

- Preston-Dunlop, V. M. (1963). *A handbook for modern educational dance*. London: Macdonald & Evans.
- Stinson, S. W., & National Dance Association. (1988). *Dance for young children: Finding the magic in movement*. Reston, Va: American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance.
- Thom, L. (2010). From simple line to expressive movement: the use of creative movement to enhance socio-emotional development in the preschool curriculum. *American Dance Therapy Association*, 32, 100-112. Doi:10.1007/s10465-010-9090-2

Bijlage 7: CD Dans- en muziekboek

Dans, Kinders Dans!		
Up-Tempo		
1. Peculiar	Chef Special	2:42
2. Ambiance à L'africaine	Magic System	3:06
3. Deep Forest	Wes & Ken Mouka	3:45
4. Koze Kuse	DJ Merlon ft Mondli Ngcobo	4:02
5. Hangover (BaBaBa)	Buraka Som Sistema	4:51
6. Kalembe (Wegue Wegue)	Buraka Som Sistema	3:55
7. In Your Light	Gotye	4:39
8. Cheerleader	OMI	3:09
9. La Valse d'Améli	Yann Tiersen	2:17
Calming down		
10. Reunite	Isbells	3:56
11. Big Jet Plane	Angus & Julia Stone	3:59
12. Homesick	Kings of Convenience	3:14
13. All The Colours	Angus & Julia Stone	4:32
14. I Mada	Habib Koité	5:47
15. Fly	Ludovico Einaudi	4:41
16. Fairytale	Ludovico Einaudi	4:01
17. Two Trees	Ludovico Einaudi	6:26
18. Waterways	Ludovico Einaudi	4:18

