

Carla Jacobs, fysiotherapeute.

Te los of te vast, te open of te gesloten kinderen.

De eerste ontmoeting die een kind maakt als het geboren wordt is met zijn eigen lichamelijkeheid. Daarna gaat het ook het contact maken met de buitenwereld. Het kind woont in zijn lichaam en heeft het nodig om in contact te komen met de buitenwereld. Met zijn zintuigen leert het de buitenwereld waarnemen. Het kind maakt een incarnerende beweging verticaal, vanuit de geestelijke wereld naar de zintuiglijke wereld van het lichaam en tevens een incarnerende beweging van buiten naar binnen. Vanuit de zintuigen die naar buiten gericht (het zien, horen, smaak, voelen..) meer naar binnen, het gaat zich verbinden met de lichaamsgerichte zintuigen: het voelen via de huid, naar het voelen van geborgenheid en behaaglijkheid, de levenszin, eigenbewegingszin en evenwichtszin. Totdat het uitkomt bij innerlijke rust of vrijheid om van daaruit de ontmoeting naar buiten toe met de wereld aan te gaan.

Als een bepaalde eenzijdigheid, disharmonie lastig is voor een kind, en het belemmert in zijn ontwikkeling, is het goed te kijken hoe je een kind zou kunnen helpen en ondersteunen om een evenwichtige ontwikkeling door te maken.

Als fysiotherapeute ondersteun ik bij kinderen via de ritmische massage de basisontwikkeling. Als het lichaam te weinig houvast geeft, te open is voor indrukken van buiten, als het moeite kost deze indrukken te verwerken maak ik gebruik van omhullende stromende handgrepen om de opbouwprocessen te stimuleren. Als het lichaam te vast is, te pafferig, probeer ik met vormende stevige handgrepen de uitscheiding te bevorderen. Door het omhullen of inbakeren van het kind na de massage krijgt het kind de ervaring van basisveiligheid, om van daaruit de ontmoeting met de buitenwereld aan te kunnen gaan.

Disharmonie gebaseerd op de 3 geleiding van het menselijk organisme:

Het zenuwzintuigstelsel (het hoofdgebied -ZZS) ,het ritmische stelsel(het middengebied-RS), het stofwisseling-ledematensysteem.(buik en ledematen-SLS)

Te vast: het te zware kind, het gestuwde kind, het dwangmatige kind.

Te los: het te lichte kind, het te open kind, het vergeetachtige kind.

De stoornissen bij de verschillende constitutietypen kunnen ernstig van aard zijn, maar ook in lichte mate aanwezig zijn.

In het SLS:

Het te zware kind

Vertraagde ontwikkeling, dit zijn de kinderen met het syndroom van Down.

Deze kinderen hebben een trage zware beweging, ook als het kind rent ziet dit er niet soepel en licht uit.

De grove motoriek is niet sterk ontwikkeld en ook de fijne motoriek is zwak. Er is sprake van een vertraagde ontwikkeling. De prikkel die van binnen naar buiten toegaat is vertraagd. Ze hebben een goed herinneringsvermogen, over de toekomst hoor je ze niet zo snel.

Stofwisselingsstoornissen doen zich voor: buikpijn, obstipatie en diarree.

Met therapie probeer je beweging te brengen in het SLS, beweging en bewustzijn in de ledematen. Met massage kun je de warmte en circulatie in het lichaam stimuleren, alsook beweging en bewustzijn aanbrengen.

Het te lichte kind

Vaak tenger gebouwd en sterk gespierd. Ze zitten nooit stil, hebben altijd een plan. Geen tijd om te luisteren, geen tijd om te denken.

Deze kinderen krijgen soms de diagnose ADHD. Het over beweeglijke kind is als baby te wakker, het voedsel wordt snel verbrand en zet weinig aan. Ze lusten veel niet, ze eten weinig of te snel. Ze zijn vaak overgevoelig voor suiker en kleur- en smaakstoffen. Kunnen een intolerantie hebben voor melkproducten.

Ze hebben geen goede verbinding met hun lichaam, voelen weinig pijn, koude, moeheid, honger. Hun kleren zijn vaak onverzorgd. Ze slapen laat in en worden vroeg wakker, kunnen niet blijven liggen. Het zijn goede waarnemers. Ze zien en horen alles maar kunnen zich moeilijk afsluiten voor teveel indrukken. Ze zijn heel gevoelig, kunnen dingen goed aanvoelen. Als de prikkels wegvallen voelen ze leegte en zoeken extreme prikkels. Het kind voelt zich niet behaaglijk in zijn lichaam. Ze voelen zich niet stabiel in zichzelf, onzeker. Het kind wil grenzen ervaren om daaraan echt wakker te worden.

Ze komen ver met lenigheid en uithoudingsvermogen, maar hun coördinatie en concentratievermogen zijn zwak. De fijne motoriek is lastig door hun bewegingsdrang. Bij computer en tv zitten ze wel stil, dit fascineert hen, ze kunnen zich er niet meer van losmaken, daarna is hun bewegingsonrust vaak groter. Je ziet ook weer vaak buikproblemen zoals buikpijn, diarree en misselijkheid.

De rem moet vanuit de begeleider aangedragen worden, consequent maar liefdevol, duidelijk zijn en structuur aanbieden, waardoor het kind zichzelf kan gaan ervaren. Ritmes en gewoontes ontwikkelen, prikkels beperken. Het eten niet te prikkelend, een eigen huisje of kamer, een paar maal per dag volledige aandacht is ook een soort huisje. Het kind aan de hand houden, bij baby's kun je inbakeren. Wat kapot gaat wordt samen hersteld, of wordt weggehaald. Stevige, warme kleding, niet te felle kleuren. Omhulling geven. I.p.v. tv en computer beelden geven die innerlijk kunnen worden opgenomen bv sprookjes vertellen, poppenkast.

Met massagetherapie probeer je omhulling te geven, begrenzing, het warmteorganisme te ondersteunen, de verbinding met het lichaam te verbeteren.

In het RS:

Het te gestuwde kind.

Er is geen gezonde wisselwerking met de omgeving. Ergens in het lichaam zit altijd gebalde spanning wat te uiting komt in een woede bui of een aanval van epilepsie.

De bewegingen zijn zwaar, deze kinderen werken meer met kracht dan met snelheid en behendigheid. De lading en energie die in hun lichaam zit komt er niet doorheen maar geeft innerlijke druk en spanning. Het slapen gaan en loslaten is vaak moeilijk. De stemmingswisselingen zijn onvoorspelbaar, ook het kind heeft er last van. Meebewegen en loslaten zijn moeilijk, het kind heeft hier hulp bij nodig. Het kan helpen te gaan bewegen met deze kinderen als een uitbarsting dreigt.

Een kind wat goed in zijn lijf zit kan het lichaam gebruiken, het komt er doorheen, het kan aanvoelen en tot actie overgaan. Het gestuwde kind wil er wel doorheen, maar komt er niet doorheen. Het wil wakker worden met een sterke wil maar dit lukt niet.

Je kunt het kind helpen met bv: Voldoende warme kleding, ademhalingsoefeningen, bewegen, evenwichtsoefeningen. Als het kind afdwaalt weer terugroepen: de naam noemen, aanraken, even stoeien.

De zintuigen op een positieve manier stimuleren, waardoor de wakkerheid groter wordt: de tastzin, levenszin, bewegingszin, evenwichtszin stimuleren, bv met massage, met bewegen, maar ook de andere zintuigen. Massage om in het lijf te komen, om te doorbloeden, te verwarmen.

Daarnaast het fysieke lichaam flink aanspreken. Het ontwikkelen van de sociale vermogens door een vriendschap stimuleren.

Het te open kind

Ze tonen zich niet open en bloot, ze beschermen juist zichzelf, trekken zich een beetje terug. Ze zijn op hun hoede en alert, het tegendeel van ontspannen. Ze lopen vaak op de tenen of verend. In de fijne motoriek zijn ze goed tot geniaal: ze kunnen de prachtigste dingen maken, een muziekinstrument bespelen. Ze slapen niet makkelijk in, eenmaal ingeslapen slapen ze diep. Ze zijn kieskeurig met hun voeding, hebben vaak diarree en buikpijn, zijn makkelijk moe, klagen nogal eens over hoofdpijn. Hun huid is dun, ze zijn niet goed doorwarmd, hun aanleg is uitvloeiend. Ze hebben een goed geheugen, vooral voor de dingen die pijn hebben gedaan, of indruk hebben gemaakt. Ze nemen uiterst helder waar en hebben een helder verstand. Ze kunnen dit echter lang niet altijd ten volle ontplooien omdat ze emotioneel

zo kwetsbaar zijn en zich moeilijk staande kunnen houden.

Ze zijn met hun waarnemingsvermogen op de buitenwereld gericht en weinig bij zichzelf, harde kleuren en geluiden kunnen letterlijk pijn doen, ze zijn zeer geurgevoelig. Ze nemen meer waar dan wij: ze spreken ineens uit wat je denkt, of over gebeurtenissen die nog moeten komen. Ze genieten van een echte mooie zuivere vormgeving en ook op het morele vlak zijn ze voor zuiverheid. Ze hebben een scherp rechtvaardigheidsgevoel hoewel dat op henzelf gericht is. Buiten de deur kunnen ze zich door hun sensitiviteit voorbeeldig voordoen, dit kost echter veel inspanning wat in hun vertrouwde omgeving tot extreme prikkelbaarheid leidt. Bescherming en zekerheid zijn absolute voorwaarden. Het lichaam vormt geen stevige basis voor het gevoelsleven en het bewustzijn. Ze zoeken ervaringen om bij zichzelf te komen: dramatiseren, manipuleren, automutilatie.

Het motto van de behandeling is: een huid geven. Een omhullende, behoedende benadering. Emotionele stabiliteit, geen plotselinge veranderingen, kleine keuzes aanbieden binnen duidelijke grenzen. Een plek om alleen te zijn, om te ontspannen. Het kind zit slecht in het lijf, excarneert te snel. Het zal moeten leren patronen te herkennen vanaf een jaar of 18. Weinig zoetigheid geven, dit werkt excarnerend, met de kleding letterlijk een extra huid geven, meerdere lagen, uitgebreid belonen als ze iets hebben gepresteerd, ze zijn bijzonder, zij zijn tenslotte de prinsessen, prinses.

Met massage kunnen zij hun eigen lichaam beter leren ervaren, je kunt de huid steviger maken, het lichaam doorwarmen.

In het zenuwzintuigstelsel:

Het te dwangmatige kind

Het accent ligt op het waarnemen, niet op het bewegen. Ze stellen veel 'waarom vragen'. Bijna alle kinderen in deze groep krijgen de diagnose autistisch of autistiform. Het kind brengt duidelijke patronen in zijn dagelijks leven, de dingen hebben een vaste plaats. Ze zijn perfectionistisch, kunnen moeilijk loslaten en vergeten, verteren en verwerken. Het gevoelsleven is slecht ontwikkeld, het kind is veel te wakker. We moeten proberen de wakkerheid niet verder te vergroten. Het werken met beelden kan deze kinderen helpen. De dingen steeds op dezelfde manier doen, met veel rust, overzicht geven. Veel warmte geven, dmv kleding, voedsel. Ze moeten los komen van dingen waaraan ze zich vast zetten. Vaak hebben ze obstipatie, de buik is gespannen. Door kleine veranderingen in vaste patronen aan te brengen, vooraf besproken, kun je ze helpen, evenals met humor en beweging. Het gevoelsleven kun je versterken door zingen, fantasie en spel. Niet teveel prikkelen met indrukken zoals TV, computer, harde muziek. Ook incarnerende, rustgevende massages, verwarmend, stromend kan hun helpen. Zwemmen is goed, dit geeft een ontspannen beweging.

Het vergeetachtige kind of zwavelkind.

Wordt vaak geplaatst bij de hyperactieve kinderen of kinderen met onduidelijke leerproblemen. Het leerproces gaat moeizaam, niets beklift. Ze doen kwetsbaar aan, ogen kinderlijk. Bij sport zijn ze niet sterk geëngageerd, hun motoriek is goed. Ze krijgen makkelijk eczeem, de warmte is slecht verdeeld over het lichaam. Hun aandacht is dromerig, vluchtig, kunnen bijna niets onthouden. Ze hebben echter wel in tegenstelling tot hyperactieve kinderen, langdurige aandacht en interesses. Doordat ze niet kunnen bouwen op hun vermogen te onthouden zijn ze erg onzeker. Ze incarneren slecht, hebben innerlijke spanning, een lichte slaap, hoofdpijn. Het voorkomen van extra prikkels, extra spanningen, helpt hun, evenals herhaling. Ook kan met voeding veel bereikt worden.

Literatuur:

Ik heb veel informatie gehaald uit een reader van Geertje Post Uiterweer.

Rudolf Steiner: Genezend opvoeden.

Walter Holzapfel: Kinderen met ontwikkelingsproblemen.