

# Kinderen met bewegings- uitdagingen ontstaan door ADHD en ASS

# 2

## Gedrag systematisch in kaart gebracht

In het eerste deel van dit artikel hebben we een gestructureerde methode om het bewegingsgedrag van kinderen met ADHD en ASS te analyseren geïntroduceerd. Centraal staan drie kernvragen: 'Wat zie ik?', 'Hoe beoordeel ik wat ik zie?' en 'Wat ga ik vervolgens doen?'. De basis voor deze aanpak is het OPA-model, waarbij we inzoomen op de Omgeving, de Persoon en de Activiteit. Door middel van casestudies benadrukken we het belang en nut van maatwerk bij elke strategie.

In dit vervolgdeel richten we ons op het thema gedragsprofilering, wat zich richt op het nauwkeurig in kaart brengen van gedrag. Na een grondige analyse en aan de hand van inzichtelijke casestudies, verduidelijken we hoe deze profilering toegepast wordt in de praktijk. Hierbij hanteren we de B-SMECS-indeling, allemaal met het streven naar een effectieve en progressiegericht benadering van het beweeggedrag. | Margriet Bergstra en Theo

de Groot

### Het in kaart brengen van gedrag

Het gebruik van de B-SMECS-indeling is handig en bruikbaar om planmatig en progressiegericht naar bewegingsgedrag te kijken. Gedrag in bewegings- en belevingssituaties wordt beschreven aan de hand van zes aspecten. We geven een voorbeeld voor elk aspect, gelinkt aan (een van beide) casussen:

- De B staat voor de biologische component. Dit betreft kenmerken die van nature aanwezig zijn, zoals fysieke eigenschappen en genetische aanleg. Neem bijvoorbeeld een kind met ADHD: het kan hyperactief zijn, veel energie hebben en moeite hebben om stil te zitten. Dit zijn biologische kenmerken die het bewegingsgedrag van het kind kunnen beïnvloeden.

Bij het analyseren van de situaties van Sem (casus 1) en Daan (casus 2) constateren we dat beide kinderen een nadrukkelijke behoefte aan beweging hebben - een biologisch kenmerk dat gerelateerd is aan hun ADHD. Sem is vaak op zoek naar een excuus om te kunnen bewegen, bijvoorbeeld door voor te stellen koffie te halen voor de leraar. Ook Daan vindt het moeilijk om stil te zitten. Hierdoor is het voor hem een uitdaging om geconcentreerd te luisteren naar een instructie die van hem vereist dat hij stilzit.

Deze biologische neigingen benadrukken de noodzaak om onderwijsaanpakken te personaliseren die rekening houden met de unieke behoeften en gedragingen van elk kind. Voor kinderen zoals Sem en Daan kan het



Sensorische overprikkeling kan zorgen voor terugtrekken tijdens een activiteit

bijvoorbeeld nuttig zijn om geplande bewegingspauzes op te nemen in de schooldag of alternatieve instructiemethoden te gebruiken die beweging toestaan.

- De S verwijst naar sensorische perceptie - de manier waarop een individu zintuiglijke informatie waarneemt en verwerkt. Een voorbeeld hiervan is een kind met een autismespectrumstoornis (ASS) dat overgevoelig kan zijn voor geluid. Dit kan ertoe leiden dat het kind zich terugtrekt of afleidt tijdens bewegingsactiviteiten.

Als we weer naar Sem kijken in casus 1, zien we een duidelijk voorbeeld van sensorische gevoeligheid. Sem heeft last van harde geluiden en spreekt andere kinderen hierop aan. Als het lawaai niet stopt, kan Sem in feite 'bevrozen'. Hij stopt met bewegen en zijn aandacht vestigt zich uitsluitend op het geluid - een fenomeen dat bekend staat als hyperfocus.

Dit gedrag laat zien hoe de sensorische perceptie van een kind zijn vermogen om te bewegen en zich op andere taken te concentreren kan beïnvloeden. Voor kinderen zoals Sem kan het nuttig zijn om een stille, gestructureerde omgeving te creëren voor leren en bewegen. Het kan ook helpen om strategieën aan te leren voor het omgaan met sensorische overbelasting, zoals het gebruik van koptelefoons om geluid te dempen of het leren van zelfkalmeringstechnieken.

- De M staat voor motorische en lichamelijke aspecten van gedrag die zowel intern als extern waarneembaar zijn. Een kind met ADHD kan bijvoorbeeld ongecontroleerde of impulsieve bewegingen vertonen.

In het geval van Daan, zoals genoemd in casus 2, is er al eerder vermeld dat hij niet kan stilzitten - een observatie gedaan bij de biologische component. Daan toont daarnaast impulsieve bewegingen. Bijvoorbeeld, hij kan onverwacht over de grond kronkelen als een slang. Het stoppen van

deze bewegingen op eigen initiatief is voor hem een uitdaging.

- De E staat voor emoties die zowel intern als extern waarneembaar zijn. Een kind met een autismespectrumstoornis kan zich bijvoorbeeld snel overweldigd voelen in een groepssetting, wat kan leiden tot emoties zoals frustratie of angst.

In de context van Sem (casus 1) zien we dat hij emoties op een intense en extreme manier ervaart. Hij kan enorm blij zijn als hij scoort of wint tijdens een les lichamelijke opvoeding. Echter, hij kan ook extreem boos en gefrustreerd raken als hij verliest of een doelpunt tegen krijgt. Bovendien heeft Sem moeite met relativeren, wat vermoedelijk bijdraagt aan deze intense emotionele reacties.

Het beheer van emoties is een belangrijke vaardigheid voor alle kinderen. Maar vooral voor kinderen zoals Sem, die moeite kunnen hebben met het begrijpen en reguleren van hun emoties. Het ondersteunen van Sem in het ontwikkelen van emotionele intelligentie en zelfreguleringstechnieken kan hem helpen om te leren omgaan met deze intense emoties en deze op een gezondere manier te uiten.

- De C staat voor de cognitieve aspecten van gedrag. Een kind met ADHD kan bijvoorbeeld moeite hebben met concentratie en het voltooien van taken, wat de deelname aan gestructureerde bewegingsactiviteiten kan beïnvloeden.

In het geval van Daan (casus 2) vindt hij problemen met het zich voor langere tijd concentreren. Dit resulteert in een verminderde betrokkenheid bij activiteiten tijdens de lichamelijke opvoeding; ze vervelen hem al snel. In plaats daarvan begint Daan zich te richten op externe prikkels en het gedrag van anderen.

Deze cognitieve uitdaging benadrukt het belang van het bieden van geschikte interventies en ondersteuning voor kinderen zoals Daan. Dit kan bijvoorbeeld het gebruik van

korte, boeiende activiteiten omvatten, evenals strategieën voor het beheren van afleidingen. Door te leren omgaan met concentratieproblemen, kan Daan leren omgaan met taken die een langere aandachtsperiode vereisen en uiteindelijk succesvoller zijn in verschillende omgevingen.

- De tweede S in B-SMECS staat voor sociale aspecten van gedrag. Het sociale aspect van gedrag is vaak een uitdaging voor kinderen met een autismespectrumstoornis. Een voorbeeld hiervan is de moeilijkheid die deze kinderen ervaren bij sociale interacties, wat kan resulteren in isolatie tijdens groepsbewegingsactiviteiten.

In casus 1 zien we Sem, die graag connectie maakt met zijn klasgenoten, maar moeite heeft om zich aan te passen aan de sociale dynamiek van de groep. Dit leidt vaak tot conflicten met anderen. Zoals eerder vermeld bij de Emotie-component, ervaart Sem emoties in extremen. Dit kan resulteren in het claimen van klasgenoten, bijvoorbeeld. Omdat Sem zijn omgeving en interacties zo intens ervaart, kan dit soms een risico vormen voor zijn sociale positie binnen de groep.

Dit wijst op het belang van wat we hier voor het gemak 'sociale vaardigheidstraining' zullen noemen en interventies om kinderen zoals Sem te ondersteunen in het navigeren door sociale situaties. Door te leren hoe ze effectiever kunnen communiceren en interageren, kunnen kinderen met ASS en ADHD hun relaties met leeftijdsgenoten verbeteren en een positievere groepsdynamiek bevorderen. Het is ook belangrijk om een inclusieve en begripvolle omgeving te creëren, waarin alle kinderen de kans krijgen om te groeien en te leren in hun eigen tempo en op hun eigen manier.

Door deze verschillende aspecten te identificeren, krijgen we een beter inzicht in mogelijke gebieden waar interventies het gedrag van het kind op een positieve manier kunnen beïnvloeden. Dit helpt ons om op maat gemaakte ondersteuning te bieden, specifiek gericht op de unieke

behoefden en uitdagingen van elk kind.

### Gedrag is altijd gedrag in de context

Gedrag is intrinsiek verankerd in zijn context en kan niet los daarvan worden beschreven of beïnvloed. Gedrag en context zijn innig verweven. De context vormt de specifieke omstandigheden waarbinnen gedrag zich voordoet, wordt opgewekt en mogelijk in stand wordt gehouden. De context kan worden opgesplitst in twee facetten:

- materieel (zoals de gymzaal, kleedkamer, schoolplein, zwembad, buiten school);
- immaterieel (zoals de stemming van de groep, specifieke subgroepen, leergroepen, gehanteerde waarden en normen).

Om gedrag te kunnen begrijpen en er betekenis aan te geven, wordt de context bij de observatie betrokken. Het is altijd: B-SMECS in context. Met B-SMECS als ons observatie- en denkkader beschrijven we een specifieke groep kinderen. Een groep die zowel kenmerken van het autismespectrum als van ADHD vertoont. Deze kinderen hebben een opvallende bewegingsuitdaging, zoals blijkt uit de beschreven kenmerken.

Bij de start van ons proces (stap 1) legden we nadrukkelijk de focus op het verkrijgen van diepgaand inzicht in het individu of de groep. Via twee specifieke casussen hebben we de unieke behoeften van het individu of de groep onderzocht. Deze grondige verkenning stelde ons in staat om maatwerkstrategieën te ontwikkelen. Nu richten we onze aandacht op de volgende fase: structuur.

#### Stap 2 - Structuur

In deze fase focussen we op hoe de opbouw van activiteiten en arrangementen de betrokkenheid en participatie van kinderen kan bevorderen. Het vaststellen van een passende of gestandaardiseerde volgorde helpt om frustratie te minimaliseren en positieve ervaringen te versterken.

Stap 2A - Structuur en volgorde van activiteiten



In deze stap richten we ons op hoe de opbouw en volgorde van activiteiten de betrokkenheid en deelname van het kind kan stimuleren. Het bepalen van een geschikte of gestandaardiseerde volgorde kan helpen om frustratie te verminderen en positieve ervaringen te versterken.

Stap 2B - Structuur en volgorde van arrangementen

Naast de activiteiten zelf, nemen we ook de fysieke omgeving en de organisatie van materialen onder de loep. We bekijken hoe aanpassingen aan de inrichting het kind kan helpen bij het navigeren door de ruimte en het deelnemen aan diverse bewegingsactiviteiten.

#### Stap 3 - Concrete casus

Om de aanpak tastbaarder te maken, presenteren we een praktijkvoorbeeld. Deze casus illustreert hoe de analyse van zichtbaar beweeggedrag en de toepassing van het OPA/CLA-model kunnen bijdragen aan het creëren van een effectieve strategie voor een kind met één of meerdere bewegingsuitdagingen.

In het derde en afsluitende deel bespreken we de casus in detail, inclusief de specifieke aanpassingen en interventies die zijn toegepast om

het kind te helpen bij het overwinnen van zijn bewegingsuitdagingen. ●



#### Bronnen

Scan of klik op de QR-code naar de bronnen



#### Contact

*M.bergstra@desterrenkijker.nl*

*Theo@spelenmetgedrag.nl*

**Margriet Bergstra** is een bevoegde docent bewegingsonderwijs en groepsleerkracht in het speciaal onderwijs De Sterrenkijker in Oss  
**Theo de Groot** is werkzaam als opleidingsdocent en externe expert voor diverse hoger onderwijs- en masteropleidingen

#### Foto's

Margriet Bergstra

#### Kernwoorden

matchen, CLA-model, ADHD/ASS, inclusieve aanpak