

Lichaamstaal

spreekt boekdelen

Baby's en jonge kinderen kunnen met hun lichaamstaal een schat aan informatie verbeelden. Door lichaamsgericht te werken sluiten men aan bij de eerste taal van kinderen. Het ontwikkelen van zelfvertrouwen én vertrouwen in de ander zijn twee centrale begrippen binnen de bewegingspedagogiek van Veronica Sherborne.

Tine Missinne

Het belang van lichaamsgericht werken met baby's en jonge kinderen krijgt meer en meer erkenning van wetenschappers, traumatherapeuten en psychiaters. Sherborne Bewegingspedagogiek is één van de methodieken die door zijn eenvoud zoveel kracht en waarde in zich heeft. Veronica Sherborne (1922-1990) onderkende in de vorige eeuw al het grote belang van lichaamsgericht werken met jonge kinderen. Volgens Sherborne heeft een kind twee basisbehoeftes: zich goed voelen in het eigen lichaam en in staat zijn om relaties aan te gaan. Zelfvertrouwen en vertrouwen in de ander vormen dan de basis voor initiatief, exploratie en communicatie. Sherborne ontwikkelde veel van haar ideeën vanuit de obser-

vatie van de bewegingen van baby's. Met haar methodiek worden aan het kind bewegingservaringen aangeboden die bijdragen tot het zelfbewustzijn van jonge kinderen en het bewustzijn van anderen. Naast het stimuleren van de motorische en cognitieve ontwikkeling, richt de methodiek zich op doelstellingen op sociaal en affectief-emotioneel vlak.

Kwetsbare start

Een baby heeft een 'open mind', en neemt alles op uit zijn omgeving op zintuiglijk, lichamelijk en kinesthetisch niveau. Hij leert door actieve exploratie, maar heeft nog niet de mogelijkheid om te reflecteren. De zintuiglijke ervaringen bepalen mede hoe we de wereld ervaren en hoe we ons voelen, hoe we handelen en communiceren. Geleidelijk aan ontwikkelt het kind mentale beelden over diverse ervaringen en gevoelens. Deze non-

verbale en lichaamsgerichte interacties met anderen vormen de basis voor de eerste gewaarwording van zichzelf en vormen de basis voor zijn zelfontwikkeling. Of in de woorden van de Amerikaanse danstherapeute Suzi Tortora: "Body-self comes before Sense of Self."

Aanraking en beweging, de eerste vormen van communicatie tussen ouder en kind, zijn van belang voor de hersenontwikkeling en de ontwikkeling van de gehechtheidsrelatie. Voor sommige kinderen zijn die eerste lichamelijke ervaringen echter pijnlijk of onvoldoende geweest. Bijvoorbeeld door lange ziekenhuisopnames als gevolg van vroeggeboorte of ziekte, adoptie of scheiding van verzorgers. Andere kinderen maken vanuit hun eigen kwetsbare ontwikkeling lastig contact. Bij een onveilige start of door moeilij-



Foto's: Lore Verschueren, Monique Melotte en Lien Drent



ke ervaringen kan het kind zich gaan afschermen door de manier hoe het lichamelijk in de wereld staat. Het kan zich inkapselen en afsluiten of zich juist overbeweeglijk gaan gedragen om zich te verdedigen tegen te moeilijke emoties en ervaringen. Anders gezegd, vroege ervaringen, zowel

motorisch als multi-sensorieel, kunnen een rol spelen in bepaalde ontwikkelingsdomeinen zoals cognitie, communicatie, sociale en emotionele ontwikkeling.

Casus: Arthur

Arthur (4) kwam bij ons in het dag-ziekenhuis en weigert het contact met zijn mama; in zijn prille eerste jaren was mama diegene die Arthur steeds moest vasthouden bij intrusieve, nare medische behandelingen. Arthur bouwde een intern beeld op van een mama, die was geassocieerd met pijn en andere onaangename ervaringen. Tijdens de bewegingssessies koos hij stevast het 'huisje van papa' en had moeite om zich toe te vertrouwen aan zijn mama. Op zijn tempo bouwde de therapeut via bewegingsspel het lichaamscontact op, waardoor Arthur kon toelaten dat ook mama hem hierbij steun mocht bieden. Gaandeweg ging Arthur tijdens deze sessies ervaren dat er andere non-verbale ervaringen met zijn mama mogelijk zijn en dit beïnvloedde de relatie met haar in positieve zin. Ook in andere situaties ging Arthur meer en meer het lichamelijk contact met zijn mama opzoeken. Arthur's lijfje en zijn tot dusver opgedane basale en zintuiglijke ervaringen, herinnerden zich vooral het negatieve. De onrust in zijn lijfje is moeilijker met verbale therapieën te

behandelen. Juist het lichaamsgericht, afgestemd samen bewegen zorgde ervoor dat hij de correctionele nieuwe ervaringen opslaat in de basale delen van zijn brein.

Doe-methode

Sherborne bewegingspedagogiek is een echte doe-methode met als voornaamste uitgangspunten spelen, aanraken en bewegen. Leren gebeurt door bewegen, beleven, voelen en nieuwe mogelijkheden verkennen. De bewegingsmethode wordt ingezet bij zeer verschillende doelgroepen waar bij men werkt aan de totale persoonlijkheidsontwikkeling. Via positieve interacties door bewegingservaringen kunnen zich nieuwe neurologische patronen vormen die van invloed zijn op de ontwikkeling van het kind. Wanneer het neurologisch systeem, dankzij het non-verbale contact veiligheid en rust ervaart, helpt dit het kind om zich veilig en vertrouwd te voelen in de ouder-kindrelatie.

Wetenschappelijke onderbouwing

De methode is ontwikkeld in de tijd dat er nog niet werd gesproken over evidenced-based-practice. Sherborne verzamelde op video's the good practices en schreef in de jaren tachtig en negentig een theoretisch kader en ontwikkelde handvatten voor het evalueren van praktijksessies. In 2007 verscheen een eerste boek met wetenschappelijke artikelen: *Moving with Research, evidence-based practice in Sherborne Developmental Movement*. Tegenwoordig wordt er wel onderzoek gedaan naar de effectiviteit van haar methodes.

Meer weten?

Op www.sherbornesamenspel.nl staat meer informatie over de therapeutische toepassing van de methode met Sherborne Samenspel en de opleidingen hiervoor. Een meer uitgebreid artikel hierover verscheen eer-

Lichaamsbewustzijn

Een jong kind ontwikkelt zijn lichaamsbewustzijn door in eerste instantie passief de bewegingen te ondergaan terwijl hij gewassen, gevoed, gedragen en geknuffeld wordt. Op deze manier bouwt een kind vertrouwen op in zichzelf en krijgt het controle over zijn lichaam. Tijdens deze eerste non-verbale ervaringen bouwt een kind tegelijkertijd ook een band op met zijn verzorgers. Het 'lezen' van de signalen door hier op een sensitieve en responsieve manier op in te spelen, maakt deze relatie alleen maar sterker. Oogcontact is hierbij heel belangrijk, evenals een goede onderlinge afstemming.



lijkheden met verschillende doelgroepen. Veel informatie staat ook op de websites www.sherborne.be, www.sherborne.nl en www.hechter.nu. •

Bij dit artikel horen vier referenties; deze zijn op te vragen via vroeg@dgcommunicatie.nl.

auteursinformatie

Orthopedagoge en Dans-therapeute Tine Missinne is Sherborne Samenspel begeleider, VIB begeleider en International Course Leader Sherborne Bewegingspedagogiek. Zij is werkzaam bij Kleine K, dagziekenhuis infants en kleuters binnen UPC Z.org KU Leuven.

der in Vakblad Vroeg, jaargang 32, maart 2015. Dit kunt u als abonnee in het archief op de Vroeg-website vinden. Verder zijn er verschillende Nederlandstalige boeken verschenen over de bewegingspedagogiek, waar-

onder 'Sherborne Bewegingspedagogiek, ontwikkelingsstimulerend bewegen'. Dit boek is in 2018 herdrukt en geeft een brede kijk op de methodiek, de theoretische achtergrond en talrijke toepassingsmog-

(advertentie)

RINO • amsterdam

opleiding en inspiratie voor professionals in de GGZ

→ IMH aanbod

Psychopathologie bij jonge kinderen

tussen 0 en 7 jaar

www.rino.nl/502 | start 17 mei

Diagnostiek met FEAS

bij kinderen van 0 tot 5 jaar en hun ouders

www.rino.nl/503 | 9, 23 maart en 6 april

Observatie van ouder-kind interacties

beoordelingsschalen voor kwaliteit van de relatie

www.rino.nl/572 | 23 mei

→ FloorPlay aanbod

De FloorPlay methode is een praktische methode voor het werken met kinderen met uiteenlopende ontwikkelingsproblemen waaronder een autismespectrumstoornis of meervoudige beperking. De FloorPlay opleiding is bedoeld voor ouders, begeleiders en hulpverleners van kinderen tussen de 0 en 7 jaar die speciale aandacht nodig hebben.

De route tot FloorPlay-coach en de route tot professioneel FloorPlay-specialist bestaan uit een aantal stappen.

Kijk op www.rino.nl/floorplay voor meer informatie.

www.rino.nl

Enkele cursussen uit het FloorPlay aanbod:

Sensorische informatieverwerking

in de praktijk van FloorPlay

praktijkgerichte cursus

www.rino.nl/236 | 28 maart, 11 april, 9 mei

FloorPlay Introductie

kinderen die speciale aandacht nodig hebben

www.rino.nl/499 | online module

www.rino.nl/500 | praktijkdag 19 april

→ K&J aanbod

Kinderen scheiden ook! 2.0

kinderen en ouderschap na scheiding

www.rino.nl/566 | 2, 16 april en 14 mei

Kinderen met onbegrepen lichamelijke klachten

een integratief behandelmodel

www.rino.nl/286 | 5 en 12 april

Kindertekeningen

diagnostiek en behandeling

www.rino.nl/535 | 26 april en 10 mei

Diagnostiek bij een vermoeden van seksueel misbruik van kinderen

psychoseksuele screening

www.rino.nl/514 | 7, 14 en 28 mei

Sensorische informatieverwerking bij kinderen

achtergronden, diagnostiek en behandeling

www.rino.nl/235 | 9, 23 september en 7 oktober