

Introductie op NeuroMovement (Anat Baniel Methode)

Samenvatting van Anat Baniel's boek "Kids Beyond Limits"

Judith Simon

Wat is NeuroMovement?

Een zachte aanrakings- en bewegingsmethode die onze hersenen voorziet van nieuwe informatie. Het brein gebruikt die informatie vervolgens om ons functioneren te veranderen en te verbeteren. We worden als het ware 'beter georganiseerd' voor ons dagelijks handelen. Die betere organisatie kan te zien zijn in onze fysieke expressie: bijvoorbeeld een baby die eerst niet maar nu wel kan omrollen. (Het brein heeft voldoende informatie verworven door allerlei onwillekeurige en willekeurige bewegingen om van rug naar buik te kunnen rollen). Die betere organisatie kan ook tot uitdrukking komen in ons denken: bijvoorbeeld een kind dat niet zelfstandig kan spelen, leert ineens wel zelf speelgoed uit te zoeken en gaat daarmee aan de slag. Of een volwassene die chaotisch is, wordt kalmer en kan zaken beter op een rijtje krijgen. En die betere organisatie kan ook leiden tot een verandering in ons gevoel: bijvoorbeeld een vrouw die erg onzeker is, ontwikkelt meer zelfvertrouwen.

Wat is Neuroplasticiteit?

De methode NeuroMovement is gebaseerd op hersenplasticiteit, ook wel neuroplasticiteit genoemd. Dat is het vermogen van ons brein om zich te kunnen veranderen. Ten grondslag aan verbetering en groei van onze hersenfunctie en daarmee aan onze vaardigheden en ons welzijn, ligt een continue proces van differentiatie, verfijning en toenemende complexiteit in het brein.

Bij NeuroMovement proberen we niet het gedrag te veranderen, maar helpen we de hersenfunctie op te waarderen, zodat het brein 'slimmer' en competentier wordt. Met een beter en sterker brein doen zich op alle fronten positieve veranderingen voor die anders wellicht niet mogelijk zouden zijn.

Zoals gezegd gaan we door deze methode niet alleen beter bewegen, maar ook beter denken en ons anders voelen. We worden vrijer en creatiever. We worden bewuster van onszelf, ontdekken onszelf en komen tot bloei, tot leven.

Vorbij het 'fix'-paradigma

Ongeacht zijn of haar handicap heeft je kind een brein dat actief betrokken moet worden in het leerproces, om nieuwe verbindingen en patronen te creëren waarmee het zijn of haar beperkingen te boven kan groeien. **Dit is wat elk brein kan en dit is waar elk brein voor ontworpen is.** Hieruit kunnen we als ouders of verzorgers van een kind met handicap(s) hoop putten.

Willen we goed gebruik kunnen maken van de opmerkelijke potentie van het brein, dan is het belangrijk dat we onze manier van denken veranderen, we moeten weg bij het 'fix'-paradigma en toe naar aansluiten bij / een connectie zoeken met het kind. Dit is wat een specialist in NeuroMovement doet en dit is ook wat

elke ouder kan leren zelf thuis te doen zonder dat het verder getraind hoeft te zijn in de aanrakings- en bewegingsmethode zelf. Als we kinderen met een beperking echt van dienst willen zijn, moeten we onze focus verleggen naar de vraag: **Wat kunnen we doen om het brein van het kind 'wakker' te maken en sterker te maken zodat het zijn eigen werk goed kan doen?** Hoe graag we ook willen helpen, we zijn 100 procent afhankelijk van het brein van het kind om de noodzakelijke veranderingen te creëren.

Om de transitie van fixen naar aansluiten te maken is het allereerst belangrijk een stap terug te doen en te stoppen je kind te vragen wat hij of zij niet kan. Elke keer wanneer we een kind met een handicap vragen iets te doen wat het niet kan, is het fix-paradigma actief. Bijvoorbeeld aan een kind dat niet praat, eindeloos te vragen of hij een bepaald woord of geluid imiteert, in de hoop dat bij genoeg herhaling zijn spraakproblemen verholpen zijn. Of een kind dat niet zitten kan, rechtop zetten en verwachten dat hij zo leert zitten. **Als je wilt leren hoe je je kind het beste kunt helpen, dan is het belangrijk dat je deze basiswaarheid snapt: "If he could, he would".** Met andere woorden: als hij het kan, zou hij het doen; als zij het kan, zou zij het doen. Als hij kan zitten, zou hij zitten, als zij kan praten, zou zij praten. Te realiseren en te respecteren wat je kind kan of niet kan in elk moment is de sleutelfactor om het voorbij zijn beperking te helpen.

In plaats van te willen fixen kunnen we ons beter richten op een proces bij het kind wakker te maken en te versterken waarmee het brein zijn eigen oplossingen kan creëren en ontdekken. Dan zijn de resultaten mogelijk van een heel andere orde.

Je kind heeft een geweldig brein

Ons brein organiseert alles wat we doen. Het creëert orde uit de chaos en geeft betekenis aan de constante stroom van stimulatie die op ons afkomt. Maar hoe doet het brein dit?

Denk aan een pasgeboren baby die net begint te ontdekken dat het een gescheiden wezen is in de wereld, een individu met een lichaam, gevoelens, wensen en behoeftes. Ze wordt overspoeld door sensaties uit alle zintuigen, van verschillende processen die zich binnenin haar afspelen, en van haar eigen bewegingen en interacties met de omgeving. Dit is waar het proces van orde uit chaos creëren begint, waar haar voornamelijk toevallige / onwillekeurige bewegingen en sensaties getransformeerd worden in acties die doelgericht zijn, intentioneel, herkenbaar en betekenisvol voor haar.

Hoewel die onwillekeurige of toevallige bewegingen heel doelloos lijken van buitenaf, gebeurt er binnenin het kinderbrein ongelooflijk veel. Elke sensatie die ervaren wordt heeft de potentie om anders of verschillend te voelen. En het vermogen van het brein om verschillen te kunnen waarnemen in deze sensaties is de bron van informatie waarmee het brein zichzelf organiseert en het lichaam, en waarmee het zin geeft aan de wereld. Hierin ligt de grootste kans om kinderen met handicaps te helpen, namelijk door het brein's vermogen om verschillen te kunnen waarnemen te vergemakkelijken.

Het vermogen van het kind om verschillen op te merken in wat hij ziet, hoort, proeft, ruikt en voelt in haar bewegende lichaam vormt de basis voor de capaciteit van het brein om nieuwe neurale netwerken te creëren.

Differentiatie

Zonder uitzondering hebben kinderen met een handicap hulp nodig met het leren waarnemen van verschillen. Anat vertelt het verhaal van Kassi, een driejarig meisje met ernstige spastische Cerebrale Parese, dat ondanks grote vooruitgang in mobiliteit, het gebruik van haar rug en armen, zelfstandig kunnen zitten, en zelfs verbetering van haar spraak en denkvermogen, er met NeuroMovement lessen maar niet in slaagde om haar benen onafhankelijk van elkaar te bewegen. Ze bleven spastisch en strak tegen elkaar geklemd als waren ze vastgebonden met een onzichtbaar koord. Op een dag kreeg Anat een ingeving. Ze begreep dat Kassi niet wist dat ze twee benen had. Ze had ze nooit afzonderlijk van elkaar gevoeld omdat ze altijd als één bewogen. Ze had nooit het verschil gevoeld tussen haar rechter- en haar linkerbeen. **En een verschil dat niet wordt waargenomen, bestaat niet.** Het was voor iedereen duidelijk dat Kassi twee benen had, maar *haar brein* wist dat niet. Door middel van lessen waarin Anat Kassi op beide benen verschillende tekeningen liet maken, leerde Kassi uiteindelijk verschil te voelen en gaandeweg meer differentiatie waar te nemen in de sensatie van haar benen. Dat leidde vervolgens tot vermindering van spasticiteit in haar benen en het verbeterde haar vermogen om haar hele lichaam te bewegen.

Het brein gebruikt de informatie die het verwerft door het waarnemen van verschillen om nieuwe connecties tussen de verschillende hersencellen te maken; dit vermogen wordt differentiatie genoemd. Door differentiatie groeit en verandert het brein van je kind, en ontstaan er complexe geïntegreerde patronen en 'kaarten' in het brein (brain mapping) waarmee het in staat is om te bewegen en te handelen op een intentionele, vloeiende, accurate en effectieve wijze.

In essentie creëert ons brein patronen die orde scheppen in alles wat we doen. En het doet dat met al de verschillende kleine stukjes informatie waarover het beschikt; dat repertoire van verschillende stukjes informatie wordt gegenereerd door verschillen die worden waargenomen.

Kinderen leren om te rollen, rechtop te zitten of wat ze ook maar in hun leven leren te doen, door een zeer uitgebreid proces van differentiatie en integratie, dat in beweging gezet wordt in het brein. Ze plannen niet of weten niet van te voren dat ze gaan omrollen, staan of 'mama' gaan zeggen de eerste keer. Ze doen het ineens en zo'n mijlpaal is een complete verrassing, altijd onverwachts. **Het is onze taak om het brein van het kind te helpen ontwakken en het proces van creatie, formatie en ontdekking te ondersteunen. Dit kunnen wij doen door te werken met de '9 Essentials', de optimale condities om functieverandering in de hersenen te bereiken.**

Negen Essentials

1. **Bewegen met aandacht**

Er zijn twee soorten beweging: geautomatiseerde of mechanische beweging en beweging die we met aandacht doen. Beide vormen zijn belangrijk en we hebben beide nodig. Geautomatiseerde bewegingen zijn belangrijk in de taken die we elke dag weer opnieuw uitvoeren zoals lopen, praten, koken, autorijden etcetera. Als we echter iets nieuws willen leren of een bestaande vaardigheid willen verbeteren, dan is automatische beweging niet toereikend. **Uit onderzoek blijkt dat automatische beweging weinig tot geen nieuwe connecties in het brein creëert** - wat het wel doet is dat het de bestaande patronen sterker maakt of dieper ingroeft - inclusief de patronen die we willen veranderen.

Breng je daarentegen aandacht naar de beweging, dan creëert het brein nieuwe connecties met ongelooflijke snelheid. Naar schatting vormt het kindere brein in dergelijke situaties 1,8 miljoen nieuwe connecties per seconde!

De aandacht die een kind brengt naar zijn eigen beweging - of het nu fysieke, emotionele of cognitieve beweging is - is de sleutel tot leren en ontwikkeling, waarbij het brein's vermogen om nieuwe neurale netwerken aan te leggen zich enorm uitbreidt en dat waartoe het kind in staat is zich op 'wonderlijke' manier lijkt te transformeren. Bij aandacht gaat het dan om aandacht voor wat we *voelen* als we bewegen.

Als ouder of therapeut is het belangrijk dat je manieren vindt om je kind te helpen bij het proces van waarnemen en volgen van zijn gevoelens bij de bewegingen die hij doet of die je met hem doet. Door je kind's aandacht naar zijn bewegingen en acties te brengen, worden nieuwe mogelijkheden voor leren en transformatie geopend in zijn brein.

2. Langzaam

Het is heel belangrijk om te snappen dat we alleen datgene *snel* kunnen doen wat we al kunnen. Wanneer we iets snel doen, gaat het brein naar zijn standaardsetting van al aanwezige en ingesleten patronen.

Iets langzaam doen is noodzakelijk om te kunnen leren en nieuwe mogelijkheden te creëren. Door langzaam vang je de aandacht van het brein en krijgt je kind de tijd om te voelen. Het kunnen voelen wat er gebeurt, ligt aan de basis van alles wat we doen, aan de basis van ons vermogen om te denken en te bewegen.

Kinderen met een handicap hebben minder stimulatie nodig; ze hebben ons nodig om zowel de snelheid als de intensiteit van de stimulatie die naar hun toekomt te reduceren. Hun brein moet de mogelijkheid krijgen om *langzaam* te ervaren. Ze moeten kunnen voelen wat er gebeurt om verschillen te kunnen waarnemen, zodat hun brein de mogelijkheid heeft om de stimulatie, zowel van buiten als van binnen, in informatie om te zetten die het kan differentiëren, organiseren en integreren. Anders voelen ze zich juist meer geagiteerd van een stimulus en gaan ze nog sneller.

3. Variatie

Het opmerkelijke proces van groei en ontwikkeling gebeurt door de perceptie van iets nieuws, iets anders, iets dat opvalt tegen de achtergrond en de gewoontes in ons lichaam, in ons denken, in ons leven. Daarbij komt de 'essential' *Variatie* kijken. Als je variatie in het leven van je kind brengt door alledaagse activiteiten op een nieuwe of andere manier te doen, dan vallen deze ervaringen op voor hem.

Bij de toepassing van de 'essential' Variatie creëer je bewust en intentioneel verschillen die het kind's brein kan waarnemen en kan gebruiken om een sterker en beter brein te ontwikkelen, een brein dat ontdekt hoe het van het onmogelijke naar het mogelijke kan bewegen, een brein dat unieke oplossingen kan vinden bij de uitdagingen die het krijgt.

Anat beschrijft het verhaal van een jongen die geboren is met een heupafwijking en vanaf de derde week in zijn leven totdat hij tien maanden oud is met zijn hele lichaam in het gips zit zodat zijn heupkommen

zich alsnog kunnen vormen. Zodra het gips eraf komt en de heupen er normaal lijken uit te zien, blijkt dat de jongen niet kan bewegen, dat wil zeggen hij kan niet omrollen, zichzelf tot zitten brengen en niet kruipen. Terwijl hij verder een gezond en intelligent kind is, weet hij niet hoe hij die functies moet uitvoeren. Zijn brein heeft de ervaring van de beperking van het leven in een gipskorset ingegroefd, waarmee hij als het ware een fantoomkorset in zijn brein heeft gecreëerd. Hij moet daarom alsnog een aantal van de bewegingsvariëaties die hij gemist heeft in die periode ervaren.

Verandering komt altijd van binnenin het kind. De handicap van het kind zelf beperkt de hoeveelheid variatie die hij kan ervaren en dat creëert als het ware het virtuele gips (het fantoomkorset) voor zijn brein. Dus de beperking van variatie maakt het moeilijk of zelfs onmogelijk dat het brein zich succesvol ontwikkelt op de manier die het zou doen als het kind die beperking niet had. Wat het 'korset' ook maar zijn mag (spasticiteit bij een kind met cerebrale parese of compulsiviteit bij een kind met autisme), we kunnen altijd *Variatie* introduceren om de beperkende invloed van het 'korset' terug te brengen. Variatie zorgt ervoor dat het brein zijn werk kan doen.

4. Subtiliteit

Als je je kind wilt kunnen helpen, dan is het belangrijk dat je zijn of haar spontane vermogen om verschillen waar te nemen versterkt en bekrachtigt. En daar komt de 'essential' Subtiliteit bij kijken. Je kind moet bepaalde nuances kunnen voelen om zijn functioneren te verbeteren. Hoe beter jij voorwaarden kunt scheppen waardoor je kind **subtiele verschillen** kan waarnemen, hoe meer zijn brein kan veranderen en hoe meer hij verbetert. Geforceerde of enorme inspanning vanuit jou of vanuit je kind zal het brein's vermogen om subtiele verschillen waar te nemen verminderen in zijn beweging, denken of voelen.

Anat beschrijft in haar boek de casus van Lily, een heel spastisch meisje. De intensiteit van haar spierspanning creëert een vicieuze cirkel en maakt het voor haar onmogelijk om enige verschillen waar te nemen en dus krijgt haar brein geen nieuwe informatie waarmee ze kan differentiëren en leren bewegen. Anat introduceert bij Lily het concept van Lazy Land, een Luilekkerland waar ze alles heel makkelijk en op een luie manier mag doen. Pas op het moment dat ze bewust merkt dat ze haar lichaam onwillekeurig weer gespannen heeft en het zelf willekeurig kan ontspannen, begint de ommekeer en kan ze nieuwe bewegingen leren.

Als ouder kun je een model zijn voor grotere subtiliteit. Als je zelf met meer subtiliteit te werk gaat, dan nemen je sensitiviteit en je vermogen om te voelen toe en dan kun je ook beter intunen op je kind.

5. Enthousiasme

Bij enthousiasme denken we vaak aan een gevoel dat we hebben voor iets waaraan we plezier beleven en waaraan we met geluid en gebaar uitdrukking geven (juichen, klappen). De 'essential' enthousiasme als voorwaarde voor neuroplasticiteit is een beetje anders. Zie enthousiasme dan vooral als een vaardigheid die je kunt ontwikkelen in jezelf, namelijk als jouw vermogen en bereidheid om zelfs de kleinste veranderingen in je kind te herkennen en erkennen en daar blij over te zijn en die **van binnen te vieren**. Het gaat dus niet om complimenten te maken en ook niet om met positieve woorden de ervaring te versterken, of om na afloop te klappen. Het gaat erom dat je zachtjes in jezelf alle blijdschap voelt over je kind's eerste stapje of eerste woord.

Van binnen die enthousiasme beleven en niet naar buiten brengen is belangrijk, omdat we willen dat het kind zijn verandering of prestatie voelt - of het nou een grote of een kleine is. Zijn ervaring zelf is namelijk de beloning!

Ook heel belangrijk is het om niet aan je kind te vragen iets te herhalen wat hij voor het eerst laat zien. De meeste mensen realiseren zich niet dat wanneer een kind iets voor de eerste keer doet, dat hij dat niet intentioneel doet. De eerste keer is vaak per ongeluk en op dat moment is het belangrijk dat het kind zijn focus bij zichzelf houdt en zijn ervaring integreert.

Enthousiasme vraagt om jouw generositeit, in je hart, je mind en je spirit. Jouw bereidheid om de kleinste veranderingen bij je kind op te merken, die belangrijk te vinden en daarover blij te zijn is generositeit in actie. Je viert je kind's veranderingen lang voordat het volledige bewijs dat hij het helemaal goed doet, daar is. Jouw enthousiasme helpt je kind toegang te krijgen tot de genie die hij is.

6. Flexibele doelen

Zelfs voor onze kinderen geboren worden, hebben we bewust of onbewust al doelen voor hen. We willen graag dat ze briljant zijn en succes hebben, en uiteraard gelukkig. We gaan er vaak bij voorbaat van uit dat ze gezond zijn en dat hun constitutie vergelijkbaar is met de onze. Zodra we ontdekken dat ons kind een handicap heeft, staat onze wereld op zijn kop. En we beginnen heel andere vragen te stellen: Wat betekent deze diagnose voor de toekomst van mijn kind? Welke doelen moet ik voor haar stellen? En wat moet ik doen om die doelen te halen? En als ze niet gehaald worden, push ik dan nog door? Of stop ik, maar betekent dat dan dat ik mijn kind opgeef? Wat kan ik nog verwachten?

De meest gangbare manier om met doelen om te gaan is de focus heel erg te beperken tot een bepaald doel en zo hard mogelijk je best doen om dat te halen. 'Ervoor gaan', 'hou je doel voor ogen', 'geef nooit op' zijn expressies die bij deze aanpak horen. Maar bij kinderen met een handicap kan deze benadering wel eens het tegenovergestelde effect hebben. Rigide doelen die op een geforceerde en niet flexibele wijze benaderd worden, kunnen je kind zelfs verder beperken in plaats van haar vooruit te brengen.

Gelukkig is er een andere manier om doelen te stellen, die meer in harmonie is met hoe het brein, het lichaam en de ziel werkt en met hoe het kind leert en verandert: **doelen losjes houden**. Je kind kan meer bereiken, met minder inspanning of lijden, wanneer we open blijven staan voor mogelijkheden die anders niet bereikbaar zijn door **flexibele doelen** te stellen. Je hebt wel doelen nodig, maar houd ze losjes. In praktijk betekent dit dat je beweegt aan de rand van het huidige vermogen van je kind, waar de ervaring van succes en verandering voor haar het meest toegankelijk is.

7. De Leerknop

De Leerknop of -schakelaar bestaat natuurlijk niet echt, maar is een metafoor om te beschrijven dat je kind op elk moment ofwel klaar is om te leren of niet. Als de knop op 'hoog' staat, dan kan je kind makkelijker iets tot zich nemen, dan wanneer de knop op 'laag' staat.

We hebben allemaal wel een aardig idee wat het betekent als onze leerknop aan staat. Er verandert daadwerkelijk iets in de manier waarop je brein functioneert. Je wordt meer alert en bent meer geïnteresseerd en opeens begrijp je iets wat je daarvoor niet snapte of kun je iets uitvoeren wat je

daarvoor niet kon. Op een EEG (elektro-encefalogram) is een duidelijk verschil te meten tussen de hersenactiviteit als de Leerknop aan is of uit. Maar we hebben geen EEG nodig of een ander apparaat nodig om te zien of bij ons kind de Leerknop aan is of uit. We merken het als onze kinderen opnemen wat we zeggen of doen. We herkennen het direct als ze zich bewust zijn van hun omgeving en van zichzelf. Je ziet het aan hen in hun ogen, hun gelaatsuitdrukking, in hun bewegingen, of in een woord of geluid dat ze maken.

Het is belangrijk om te herkennen wanneer bij je kind de Leerknop aan is of uit. Als die uit is, heeft het totaal geen zin om iets aan te bieden, want je kind zal op dat moment niets leren of veranderen. Als de Leerknop aanstaat is je kind niet alleen ontvankelijk voor de beelden, geluiden, geuren, smaken en sensaties in de wereld om hem heen, maar ook voor de gevoelens en sensaties in zichzelf. Met al die stimulatie begint je kind iets nieuws te doen, het begint te leren. En het brein verandert.

Er zijn een aantal manieren waarop je kunt voorkomen dat de Leerknop op 'uit' gaat:

Zorg ervoor dat je kind geen pijn ervaart of oncomfortabel is, dat schakelt de Leerknop onherroepelijk uit.

Ga ook niet door met uitvoerige herhalingen van een beweging of een oefening, want dit leidt er ook toe dat de Leerknop uitgaat. Sterker nog de oefen- en herhaalregimes slijten vaak de bestaande patronen van beperking en angst verder in. Herhaling is goed, maar alleen zodra je kind heeft uitgevonden hoe zij iets goed kan dat ze daarvoor niet kon. Zodra dat gebeurt, gaat ze vanzelf die bewegingen of acties herhalen en worden de nieuwe succesvolle patronen ingeslepen met een gevoel van plezier en succes.

Ook door vermoeidheid kan de Leerknop uitgaan. Als de Leerknop aan is, creëert je kind's brein miljoenen nieuwe connecties per minuut, dus de veranderingen gaan razendsnel. Dit is wel hard werken voor je kind. Hersenwerk vergt een enorme hoeveelheid energie. De ideale leertijd bedraagt volgens onderzoekers niet meer dan 20 minuten per onderwerp of activiteit. Als je ervan uitgaat dat er geleerd wordt. Is dat niet het geval, dan is de Leerknop uit en heeft het sowieso geen zin om verder te gaan. Ga iets anders met haar doen of laat haar slapen, rusten of eten.

8. Dromen en Verbeelding

Ons brein geeft ons de mogelijkheid om iets te verbeelden of te dromen, en iets nieuws te creëren vanuit onszelf, als kwam het uit het niets. Het vermogen van je kind om te dagdromen en zich zaken in te beelden of voor zich te zien, is een belangrijk deel van haar succesvolle groei en ontwikkeling.

Verbeelding zet het licht aan in ons brein, waardoor er biljoenen nieuwe verbindingen worden gelegd. Dit vermogen om onze toekomst te dromen is onze ultieme menselijke gave, we kunnen voorbij onze beperkingen groeien en nieuwe mogelijkheden en realiteiten creëren die anders niet mogelijk zouden zijn. In de woorden van Einstein: 'Logica brengt je van A naar B, verbeelding brengt je overal.'

Verbeelding is een schat voor de toekomst van je kind. De creatieve kracht die geassocieerd wordt met verbeelding is super actief in gezonde kinderen. Als een kind gehandicapt is, kan het zijn dat haar spontane neiging om te verbeelden of te dagdromen geheel of gedeeltelijk stopt. Dat kan veroorzaakt zijn door pijn of door de onderliggende conditie van de handicap zelf. Wat de oorzaak ook is, het is van groot belang dat we dit vermogen tot verbeelding in haar helpen te ontwakken, zodat zij ook toegang heeft tot die schat waar alle gezonde kinderen uit putten voor hun ontwikkeling. Door Dromen en

Verbeelding waardeert het brein zich op tot haar hoogste functieniveau en vandaar uit kan je kind makkelijker oplossingen vinden om haar beperkingen te boven te komen.

Verbeelding is écht. Het is een daadwerkelijke functie van het brein. **Verbeelding heeft de kracht om de kwaliteit van je kind's functioneren op te waarderen**, en nieuwere en verfijnde manieren van bewegen, denken en voelen te creëren.

Waarom is dit belangrijk voor je kind met een handicap, vraag je je wellicht af. Allereerst is het belangrijk om te weten dat kleine kinderen experts zijn in divergent denken. Dat betekent dat ze creatieve oplossingen en afwijkende manieren vinden om een bepaalde uitkomst te bereiken. **Als een kind gehandicapt is, moet het haar brein optimaal leren gebruiken om de unieke oplossingen te vinden voor haar unieke uitdagingen.** Er is niet één vaste weg waarop kinderen zich ontwikkelen van kruipen naar lopen of van geluiden maken naar praten. Als we kinderen met een handicap willen helpen hun volle potentie te bereiken, dan heeft het geen zin hen een rechtlijnige weg aan te bieden waarvan wij denken dat 'normale' kinderen die lopen om een bepaalde vaardigheid te ontwikkelen. Want dan geven wij hen niet de mogelijkheid om hun eigen aangeboren vermogen voor verbeelding, divergent denken en probleem oplossen te gebruiken, zodat ze zelf met de unieke uitdagingen van hun conditie kunnen omgaan.

Nauw verwant aan verbeelding is dagdromen. Het is normaal en gezond om te dagdromen. Bij dagdromen lichten er vele delen van het brein op. Dagdromen is een vruchtbare staat die ervoor zorgt dat je kind's brein enorme flexibiliteit heeft om onvoorspelbare oplossingen te bedenken en dat is iets waaraan een kind met een handicap een grote behoefte heeft.

9. Bewustzijn

In het begin van haar loopbaan ontdekte Anat dat als een kind diepgaande en onmiddellijke vooruitgang wilde maken, hij of zij een bepaalde kwaliteit moest hebben die te maken had met zijn 'aanwezig zijn'. Aanvankelijk omschreef ze die kwaliteit als 'er is iemand thuis'. Na verloop van tijd werd haar duidelijk wat het 'geheime' ingrediënt is dat ten grondslag ligt aan grote transformatie: het is het kind's Bewustzijn van zichzelf, het Bewustzijn van zijn omgeving, het Bewustzijn van wat er in en om hem heen gaande is.

Het kind's Bewustzijn katapulteert zijn brein naar een niveau waarop hij zijn wereld en de wereld om hem heen kan ontdekken op onmiskenbare wijze. Bewustzijn ligt ten grondslag aan zijn ontwikkelende intelligentie, aan het proces dat orde scheidt in de anders toevallige en chaotische stroom van sensaties.

Anat ziet Bewustzijn als een actie en niet als een ding of een staat van zijn of iets wat we bezitten. Net zo goed als we lopen, denken of praten niet 'bezitten' - ze zijn er alleen als we ze doen. Deze acties bestaan niet op zichzelf. Bewustzijn is, net als beweging, iets wat we doen. Als je Bewust Zijn als een werkwoord gaat zien, ga je herkennen wanneer je kind het wel of niet doet. Bewustzijn zorgt ervoor dat je kind's brein een mega-sprong kan maken van waar hij is tot zijn volgende niveau van bekwaamheid.

Bewustzijn verheft het brein naar een plaats van ontwikkeling en keuze in plaats van reactief te zijn of op de automatische piloot te leven. Bewustzijn is een bron van vrijheid. Welke handicap je kind ook heeft, je zult ontdekken dat daar waar de uitdagingen het grootst zijn er veel compulsief en automatisch gedrag zichtbaar is. Bewustzijn is de opening naar een weg uit die gevangenschap van de huidige beperkingen.

Met de 9 Essentials geef je je kind mogelijkheden die van onschatbare waarde zijn voor de ontwikkeling van haar brein. Dat kan zich steeds verder differentiëren, en meer verfijning creëren in bewegingen, gedachten, gevoelens en acties. Je kind kan altijd weer vaardiger worden en blijven groeien en ontwikkelen.

Als er een doel is dat we allemaal hebben voor kinderen met een handicap, dan verschilt dat niet van het doel dat we hebben voor alle kinderen: dat ze een vol en betekenisvol leven mogen hebben. In de woorden van Temple Grandin: "Leerkrachten en ouders moeten naar het kind kijken en niet naar zijn label. Wees realistisch met verwachtingen, maar ga niet achteloos voorbij aan de potentiële genie die binnenin hem verstopt zit, en die wacht tot het moment dat hij zichzelf tot uitdrukking kan brengen."

Judith Simon is Specialist in NeuroMovement. Ze geeft individuele lessen en groepslessen in haar praktijk in De Glind bij Amersfoort. Meer weten? +31 (0)6 3024 9895, mail@judithsimon.nl, www.judithsimon.nl.