

TERAPIE vir my kind?



My kind se gedrag bekommer my. Buitendien vermoed ek hy is agter by sy klasmaats. Moet ek iemand se hulp inroep? En, indien wel, wie s'n? Al wat leef en beef praat mos deesdae van "terapie"; watter terapeut sal die beste vir my kind wees? DEUR RENÉ BADENHORST

Speltherapie

"Speltherapeute hoor dikwels dié vraag: 'Kan julle my kind help om beter te spel?'"

Yolanda Huijsamer, 'n Paarlse maatskaplike werker met gespesialiseerde opleiding in speltherapie, glimlag net hieroor. "Ons help kinders om te spél," sê sy. "Want deur te speel, word hulle gehelp om probleme en ongemaklike emosies op 'n simboliese manier uit te druk.

"Wanneer ouers speltherapie as benadering kies, is dit belangrik dat hulle verstaan dat speelgoed die 'woorde' is en speel die 'taal' waarmee die kind hom of haar uitdruk. En dit alles in die teenwoordigheid van 'n persoon wat verstaan. Só word opgekropte emosies vrygestel.

"Dit is ongeveer dieselfde wat gebeur wanneer ons grootmense ons emosies en bekommernisse met 'n vertroueling deel."

"Ons kyk hierna"

Speltherapeute fokus daarop om 'n veilige en vertroude omgewing te skep waarbinne probleemgebiede soos die volgende ondersoek word:

- egskeiding
- onopgeloste hartseer ná die verlies van 'n ouer, 'n maatjie of 'n troeteldier
- enige verandering in die kind se huidige omstandighede, soos verhuising, 'n nuwe skool of 'n nuwe boetie of sussie
- 'n gebrek aan selfvertroue of 'n lae selfbeeld, of wanneer die kind dit moeilik vind om maats te maak en hulle dan tydens groepsituasies onttrek
- angstigheid
- aggressiewe gedrag of woedebuie
- wanneer die kind trauma beleef het – soos seksuele, fisiese of emosionele mishandeling, of gesinsgeweld, misdaad of 'n ongeluk
- naelsbyt, duimsuig, of wanneer die bed en/of klere nat- of vuilgemaak word
- 'n kind wat met aandaggebrek gediagnoseer is

- nagmerries
- fisiese simptome (byvoorbeeld maagpyn of kopseer) sonder 'n aantoonbare mediese oorsaak
- aanpassing ná aanneming of pleegsorgplasing.

Wanneer is dit nodig?

"Elke fase in 'n kind se ontwikkeling het spesifieke uitdagings wat hy of sy moet baarsaak," sê Yolanda. "Ouers moet uit die staanspoor bewus wees van hul kind se vermoë om uitdagings en ander bedreigende omstandighede te bowe te kom. Navorsing het uitgewys dat faktore soos selfrespek, selfbeheer en interne motiveering 'n groot rol speel in kinders se vermoë om uitdagings te hanteer."

Kinders se onderskeie temperamente verskil egter van mekaar, ook binne dieselfde gesin. Nie alle kinders reageer met ewe veel deurstellingsvermoë wanneer bogenoemde soort uitdagings aangepak moet word nie. Die volgende kan as riglyne gebruik word om te bepaal of 'n kind by speltherapie kan baat vind:

- Jou kind se slaap- of eetpatroon het drasties verander.
- Sy is gedurig hartseer en wanhopig.
- Jy sien voortdurende aggressie of 'n oorreaksie in bepaalde situasies.
- Hy/sy is oor alles bekommerd, angstig of bang.
- Jou kind onttrek hom of haar.

Yolanda beveel aan: "Indien jy enigsins bekommerd oor jou kinders is, kontak dadelik 'n terapeut in jul omgewing. Gemoeidsrus oor jou kind is ál die moeite in die wêreld werd!"

Arbeidsterapie

Arbeidsterapeute dek 'n wye bedieningsveld, hulle behandel oud en jonk en beoog om hul pasiënte in staat te stel om die daaglikse take in hul woon- en werkomgewing so goed moontlik te kan uitvoer.

Wanneer hulle met kinders werk, help die arbeidsterapeut veral dié wat sukkel met ontwikkelingsmylpale soos fynmotoriese vaardighede, sensoriese integrasie en hand-oog-koördinasie. Kinders wat met gebreke gebore is of wat beseer is, word gehelp om te herstel of om binne hul potensiaal te ontwikkel om so funksioneel moontlik te leef.

Om die beste ontwikkeling vir kinders te verseker, leer arbeidsterapeute ook die betrokke ouers en versorgers hoe om hul kind te help om die nodige vaardighede te ontwikkel.

"Ons kyk hierna"

Arbeidsterapeute fokus onder meer op die volgende:

- ontwikkelingsagterstande, soos dié by kinders wat nie wil/kan sit, kruip of loop nie
- probleme met fynmotoriese vaardighede soos om te skryf of in te kleur
- probleme met grootmotoriese vaardighede soos koördinasie en balans
- probleme met skoolwerk, soos wanneer die kind sukkel om te leer lees of spel; swak konsentrasie en 'n kort aandagspan; hiperaktiwiteit; swak impulsbeheer; wanneer die kind sukkel om opdragte te volg en korrek uit te voer
- probleme met sensoriese prosessering, wat insluit: onder- of oorreaksies by stimuli soos aanraking, beweging, klanke en beelde; wisselvallige vlakke van kalmte en waaksaamheid; aggressie; wanneer veranderinge uitdagings meebring
- swak speel- en sosiale vaardighede; die laat ontwikkeling van taalvaardighede; die onvermoë van hierdie kinders om hulle verstaanbaar uit te druk, en die ontwikkeling van 'n swak selfbeeld as gevolg hiervan.

Wanneer is dit nodig?

"Vanselfsprekend is vroeë ingryping voordeliger vir 'n kind se ontwikkeling as wanneer daar later probeer word om probleme in sy of haar lewe met groter >

ingryping te probeer regstel.”

Só sê **Riana Knouwds**, 'n arbeidsterapeut in Vereeniging. “Veral vroeggebore babas ondervind dikwels ontwikkelingsagterstande. Ontwikkeling wat binne die baarmoeder moes plaasvind, vind nou daarbuite plaas. Dit lei soms tot sensoriese en ander probleme.” Daarom beveel Riana aan dat alle ouers wie se babas vroeg gebore is 'n afspraak by 'n arbeidsterapeut maak sodat die kind geëvalueer kan word.

Dieselfde geld kinders wat nie die “normale” ontwikkelingsmylpale haal nie. “Indien die ouers wag totdat die kind skool toe gaan, kom daar dikwels ander faktore by, ook emosionele kwessies, wat dit vir die kind moeilik maak om moontlike ingryping te hanteer.

“Wanneer 'n kind se ontwikkelingsprobleme dit vir hom of haar moeilik maak om in 'n normale huis- of skoolomgewing te funksioneer, kan terapeutiese ingryping waardevol wees. Dit gebeur dikwels dat onderwysers hierdie gedrag by die skool waarneem, aangesien kinders daar anders reageer as by die huis – veral ook omdat hulle dan oorlaai word met sensoriese prikkels soos baie geraas, aanraking en beweging.”

Opvoedkundige sielkundiges

Opvoedkundige sielkundiges vorm dikwels deel van 'n terapeutiese span wat arbeids-

terapeute en spelterapeute insluit. Indien ouers onseker is of daar leer- en ontwikkelingsagterstande by hul kind teenwoordig is, sal jou kind soms eers deur 'n opvoedkundige sielkundige geassesseer word, wat dan ingryping deur ander terapeute kan voorstel.

Wanneer geïdentifiseerde probleme boonop deur emosionele en/of interpersoonlike faktore versterk word, word die opvoedkundige sielkundige se hulp ook ingeroep. Dié kundige staan kinders en adolessente by met sielkundige aanpassings, asook leer en ontwikkeling in die gesinsomgewing. En in die onderskeie

kontekste waarbinne die betrokke kind leef, soos die opleidingsinstansie (skool), die sosiale- en portuurgroepe én die gemeenskap. Ouerleiding vorm in baie gevalle ook 'n belangrike deel van hierdie prosesse.

Ons kyk hierna

- emosionele uitdagings
- konsentrasie- en leeruitdagings
- studieleiding en -metodes
- speltherapie
- ouerleiding
- uitdagings wat gedrag betref
- hulp met vakkeuses
- beroepsleiding
- skoolgereedheid.

Wanneer is dit nodig?

Elke kind is uniek. Daarom moet elkeen individueel geassesseer word om vas te stel of daar wel 'n probleem is. Sou die kind se daaglikse funksionering negatief in veral twee leefomgewings – by die huis en by die skool – beïnvloed word, sal dit goed wees om 'n terapeut te raadpleeg. 

Pasop vir óór-terapie!

Dit is by baie ouers dikwels 'n sensitiewe saak om vir hulp aan te kloep; sommige probeer dit so lank moontlik uitstel. Riana sê: “En wanneer 'n terapeut boonop 'n 'ongewenste' diagnose maak, kan die skok en teleurstelling dit moeilik maak om die terapeut te glo. Sulke ouers swerf dan van dokter na dokter ... totdat hulle die antwoord kry wat hulle wil hoor.

“In ander gevalle verstaan die betrokke ouers nie die dokter of terapeut se tegniese taal of die implikasies van die situasie nie, en dit lei tot angs, verwarring en frustrasie.”

Yolanda stel die volgende voor: “Maak seker dat die terapeut wat jy kies jou behoeftes en emosies verstaan, voordat die terapeutiese prosesse met die kind begin. Die ouers speel 'n belangrike rol in hierdie prosesse, en 'n vertrouensverhouding tussen die ouer en terapeut is uiters belangrik om te verseker dat die terapie suksesvol is. Dit is ook baie belangrik dat die ouerpaar eenstemmig is oor wat nodig is om die kind te help om beter te funksioneer.

“Die eerste ontmoeting met die terapeut is die ideale geleentheid om alle vrae oor die prosesse te vra, sodat jy presies weet wat om te verwag. Terapeute is opgelei om verskillende behoeftes by die kind te identifiseer, en hulle werk gewoonlik ook, waar nodig, saam met ander terapeute. Dit is dus wys om eers met jou kind se terapeut te gesels voordat jy jou na allerlei ander kundiges begin wend.”



KONTAK ONS KENNERS

- Yolanda Huijsamer kan gekontak word by 084 302 1608, of yolanda@hopeatwork.co.za, of besoek www.hopeatwork.co.za
- Riana Knouwds kan gekontak word by rknouwds@telkomsa.net
- Ander bron: <https://sensory-kids.com>; <https://healthcare.utah.edu>