

Lezing ADHD en Autisme Spectrum Stoornissen (ASS)

Leonie Schaper, kindertherapeuticum, Zeist

Eindhoven, 3 september, georganiseerd door Antroposana Eindhoven en omstreken

ADHD of ASS wordt veel gediagnosticeerd, een op de vijf kinderen in Nederland heeft deze diagnose. In de omschrijving van deze kinderen moet je verder kijken naar de DSM, het handboek van de psychiatrie wat betreft classificaties. Dit handboek is vooral opgezet voor onderzoek, om kinderen te selecteren voor wetenschappelijk onderzoek, zodat je één taal hebt voor de selectie. Verwezen wordt naar het internet om deze criteria te lezen. De DSM wordt dus ten onrechte gebruikt om diagnoses te stellen, om hulp zoals rugzakjes te kunnen krijgen.. De toename van de diagnoses is onder andere het gevolg van het feit dat er geld aan vast zit en de invloed van de farmaceutische industrie, die geven namelijk een snelle oplossing voor het probleem. Het is dan ook de vraag of deze diagnoses ouders, leerkrachten helpt om verder te komen met deze kinderen.

Indien deze classificatie wordt gegeven, dan hebben de kinderen iets. Dat is niet hetzelfde als dat ze dat zijn. De kinderen zijn namelijk zeer verschillend, de ene is op techniek gericht, de andere op de kosmos of de natuur. Sommigen kunnen zich veilig hechten, andere niet. Veel kinderen met ASS hebben ADHD, niet andersom. Hoe dat komt? De eerste diagnose wordt vaak door een kinderpsychiater gesteld, de tweede door een kinderarts.

Het is dus belangrijk stil te staan bij de vraag hoe deze kinderen te helpen met hun ontwikkeling, ondanks hun beperkingen. In het kindertherapeuticum hebben alle therapeutische disciplines ook een diagnostische rol. Het beeld van het kind wordt met elkaar beschreven in de kinderbespreking.

Het driedelig mensbeeld wordt gehanteerd: denken-voelen-willen (zenuwzintuig-ritmisch middengebied-stofwisseling). Ook wel cognitief-sociaal/emotioneel-doen. Daarnaast is er de viergeleding: 1. het fysieke lichaam, dit wordt de eerste 7 levensjaren opgebouwd. Ga je in die periode te snel leren, dan kan dat de opbouw van het fysieke lichaam schaden. 2. Het etherlichaam (7-14 jaar) : zorgt voor dat de vrijkomende krachten in samenhang, in cultuur worden gebracht. In deze periode moeten kinderen leren interesse in de wereld te krijgen. 3. Het astraal lichaam (14-21 jaar): ontwikkeling van de eigen ziel, psyche, de samenhang met de dierenwereld is herkenbaar in de puberteit. 4. Geesteslichaam, het ik. Doordat we een ik zijn kunnen we sterven. Het bewustzijn kan ook ziekmakend zijn als het te ver gaat.

Beweging is nodig om te denken. Tegenwoordig is er steeds minder beweging, bijvoorbeeld door de komst van computers. Men zit veel meer, en het werkt ook verslavend, dit is zorgelijk.

Wat gebeurt en nu als je uit het contact gaat? Iedereen herkent dat wel, bijvoorbeeld als je angst hebt, of zorgen, of slaaptkort. Je wordt dan bepalend, je fine-tuning lukt niet meer. Maar soms gaat het in het extreme. Dat zie je bij kinderen met autisme en leidt tot conflicten. Het is een probleem van de ademhaling, afstemming van binnen en buiten verloopt niet goed. Er ontstaat een probleem tussen de verbinding van de eigen werkelijkheid en de buitenwereld. Bijvoorbeeld bij het leren lopen moet je leren omgaan met de zwaartekracht, daarvoor is veel oefening nodig. Als je vrij kunt lopen heb je de zwaartekracht overwonnen, is het buiten je komen te liggen. Zo gaat dat ook met het leren van de taal: van taalsoep, één geheel, naar woorden en taal.

De denkontwikkeling betreft het leren van begrippen. Er kan in dat leren veel mis gaan. Dan ontstaat er onvoldoende verbinding met en tussen de dingen. Bijvoorbeeld onhandigheid ten aanzien van het omgaan met de zwaartekracht. Of juist heel erg handig op één gebied tot het geniale toe. Kan in taal ook zo gaan: grammaticale fouten blijven maken en tegelijkertijd een soort boekentaal bezitten. Bij de begripsvorming kun je overspoeld raken door al deze begrippen zonder dat je ze begrijpt. Dat geeft heel veel angst. Of je weet heel veel maar je kunt er niets mee.

In therapie moet je je dan richten op het ademend vermogen van deze kinderen te vergroten, dit in kleine stapjes te oefenen. En wat ze niet kunnen weglaten, ze ermee helpen, samen doen, rugdekking geven. Dit kan in verschillende soortentherapie, ze helpen te leren hoe de wereld eruit ziet. Bijvoorbeeld tekentherapie of muziektherapie, maar ook ouderbegeleiding: ouders leren hoe ermee om te gaan dat een kind bijvoorbeeld de directeur wil spelen. Ook geloof/religie een plaats geven, zodat een kind leert dat ook anderen bezig zijn met een andere wereld.

Rol van medicatie: er kunnen allerlei insteken zijn, bijvoorbeeld antipsychotica bij ernstige verwarring, maar oppassen dat je niet met "een kanon op een mug" schiet.

ADHD: onrust, nervositeit. Veel beweging en irritatie, heeft te maken met een niet luisteren naar "het hart". Ze kunnen interesse niet lang vast houden. Hoe ontwikkelt zich aandacht? Pas als een kind schoolrijp is kan dat goed de aandacht richten en gericht bewegen, en is er minder onrust. Dat komt door het vele oefenen en de goede voorbeelden in de eerste 7 jaren. Daarna bewegen kinderen minder mee met de onrust/storm die er buiten kan zijn. Ze gaan dat meer sturen, worden minder overspoeld. Het hart reguleert de aandacht en beweging. Hart is de grootste beweging, daar wordt alles verzameld. Het staat stil (neemt waar) en dialyseert. Dit 72 keer per minuut. Kind met ADHD slaat het hart over, er is geen pauze, tussenruimte. Wordt snel, vluchtig, hyperactief.

ADHD is een verzameling symptomen. Wat is er aan de hand? Bijvoorbeeld jong kind? Of te open? Of te levenskrachtig waar de omgeving niet mee om kan gaan? Er kan van alles aan de hand zijn. Ook hechtingsproblemen kunnen er als ADHD uit zien.

Therapie moet gericht zijn op het creëren van de tussenruimte waardoor kortsluiting voorkomen kan worden. Zodat ze meer en rustig leren, zorgen dat er orde komt. Therapieën gericht op voeding kunnen ook goed helpen.

Van Ritalin leert een kind niets. Ritalin is een amfetamine, grijpt aan op dezelfde plek in de hersenen als cocaïne. Werkt als een 3-dubbele espresso. Ze worden vastgeklonken in de stofwisseling, ze kunnen ervan minder groeien, minder eetlust krijgen, minder slapen, de puberteit vertragen. Het kan wel even een hulp zijn om uit een slechte tijd te komen. Maar veel kinderen blijven dit heel lang gebruiken. 160.000 recepten per jaar.

Psychische problemen hebben een samenhang met de lichamelijke constituties. Interactie tussen lichaam en geest. Ziektebeelden hebben te maken met de menswording.

Vragen

Prenatale indrukken kunnen evengoed een rol spelen. Verder is bekend dat kinderen met ADHD vaak laat geboren zijn. Rol van het ongeboren kind als prenatale therapeut? Geen nadelig effect bekend van keizersnede.

Alternatieven voor Ritalin: therapie-traject zodat de kinderen de tussenruimte leren creëren, inclusief ouderbegeleiding. Kan ook met antroposofische middelen ondersteunt worden.

In pedagogische zin zoeken waar de onrust vandaan kan komen. Overprikkeling? Is veiligheid nodig? Te jong? Beweging aanbieden, de ruimte geven. Vraagt van de opvoeder ook om goed naar jezelf te kijken. Lichaam en geest meer bij elkaar brengen.

Autisme = veel feiten verzamelen in plaats van leren, vergeten, vaardig worden.

Als je een diagnose geeft wil je vooral een beeld schetsen waar mensen mee verder kunnen.