

Focusgroep

“Gewoon anders bewegen”

Psychosociale beweggroep voor kinderen

Is uw kind motorisch onhandiger dan leeftijdsgenootjes? Kan hij of zij minder goed meekomen met sport of de gymles? Struikelt uw kind vaker of laat hij of zij regelmatig iets vallen? Wordt hij of zij daar onzeker van en durft uw kind daardoor niet zo snel iets nieuws te proberen? Dan is de focusgroep “Gewoon anders bewegen” wellicht iets voor uw kind. Dit is een psychosociale beweeggroep voor kinderen tussen de 7 en 15 jaar met een licht motorische beperking, zoals DCD. De focusgroep richt op het leren onderzoeken van eigen mogelijkheden, vergroten van zelfvertrouwen en het omgaan met en/of verleggen van fysieke grenzen.

Het deel uitmaken van een groep waarin zij niet de enige zijn met motorische onhandigheid en/of onzekerheid, geeft kinderen vaak een positieve ervaring. Dat kan vervolgens leiden tot meer zelfvertrouwen en plezier in bewegen.

Aanpak

De revalidatiearts beoordeelt of de focusgroep “Gewoon anders bewegen” van Rijndam voor uw kind een meerwaarde heeft. Wanneer dit het geval is, wordt uw kind aangemeld.

Gedurende acht aaneengesloten weken komt uw kind één uur per week naar Rijndam voor groepstherapie in de gymzaal. De groep bestaat uit 4 tot 8 kinderen. Tijdens de groepstherapie worden verschillende beweegoefeningen gedaan, denk bijvoorbeeld aan schommelen, klimmen, rennen, touwzwaaien, trampoline springen en verschillende balspelen. Tijdens en na een bewegopdracht wordt er aandacht besteed aan hoe deze is verlopen. Bij het bespreken wordt niet alleen ingegaan op de fysieke activiteit, maar ook op de gevoelens die daarbij horen. Zowel op individueel niveau als op groepsniveau.

Kinderen herkennen onderling vaak problemen, waardoor snel een groepsgevoel ontstaat. Hierdoor voelen kinderen zich veilig om oefeningen te proberen, nieuwe ervaringen op te doen en eerlijk en open te zijn. Het feit dat andere kinderen ook moeite hebben met sportieve vaardigheden, stimuleert hen om activiteiten uit te proberen en bewegen leuker te vinden.

De kinderen merken dat zij niet de enige zijn met problemen en leren hun eigen en andermans kwaliteiten te zien en elkaar daarin tips en complimenten te geven. Door de bundeling van deze professionals op één

plek, kan de Focuspoli binnen korte tijd een samenhangend, passend advies voor uw kind opstellen.

Voor wie

De focusgroep “Gewoon anders bewegen” wordt gegeven voor kinderen met licht motorische beperkingen. De focusgroep wordt gegeven in twee verschillende leeftijdsgroepen, 7 tot 12 en 12 tot 15 jaar. Voor kinderen tussen de 7 en 12 jaar wordt de focusgroep twee keer per jaar gegeven, zowel in het voorjaar als in het najaar. Indien uw kind deelneemt aan deze groep ontvangt hij/zij een persoonlijke map dat iedere week wordt gevuld met opdrachten en informatie.

Voor jongeren tussen de 12 en 15 jaar wordt de focusgroep gedurende het jaar gegeven bij voldoende aanmeldingen (minimaal vier). Indien uw kind deelneemt aan deze groep leren zij zelf een plan van aanpak te maken.

Ouderbegeleiding

Tijdens één van de acht lessen wordt tevens een bijeenkomst voor u als ouders georganiseerd. Hierbij gaat de psycholoog in gesprek met alle ouders van de kinderen uit de groep. Er wordt gesproken over wat DCD en soortgelijke motorische aandoeningen betekenen in het dagelijks leven van uw kind en wat dit vraagt van ouders en kind. Tijdens deze bijeenkomst is er tussen ouders onderling vaak veel herkenning, wat voor u prettig kan zijn.

Door wie

De groepstherapieën tijdens de focusgroep “Gewoon anders bewegen” worden gegeven door een fysiotherapeut en een orthopedagoog/psycholoog. Zij coachen gezamenlijk de groep en begeleiden de motorische en gedragsoefeningen.

De kinderfysiotherapeut observeert de motoriek en geeft uw kind tips en advies om activiteiten aan te pakken en uit te voeren. De psycholoog/orthopedagoog observeert het gedrag van uw kind en helpt hem of haar zich bewust te worden van dit gedrag. Daarnaast stimuleert de psycholoog/orthopedagoog uw kind ook om nieuwe uitdagingen aan te gaan en te experimenteren met nieuw gedrag. Dit wordt ook uitgewisseld met ouders.

Kosten

De focusgroep is onderdeel van de revalidatiezorg en valt binnen uw basisverzekering.

Aanmelden

Als uw kind in behandeling is bij Rijndam kan hij/ zij worden doorverwezen door de revalidatiearts. Is uw kind nog niet onder behandeling bij Rijndam? Dan is een verwijfsbrief van huisarts of specialist nodig. Uw arts kan u digitaal aanmelden via www.rijndam.nl. U kunt de verwijfsbrief ook per post sturen.

Meer informatie

Heeft u nog vragen? Neem contact met ons op via het medisch secretariaat van locatie Ringdijk, via secretariaatringdijk@rijndam.nl of 010 211 17 77.

Rijndam locatie Ringdijk

Ringdijk 84
3054 KV Rotterdam
010 – 211 17 77

Rijndam locatie De Sitterstraat

De Sitterstraat 7a
3318 AA Dordrecht
078 – 751 15 90

Rijndam locatie Beatrixziekenhuis

Banneweg 57
4204 AA Gorinchem
0183 – 64 43 29

Postadres

Postbus 23181
3001 KD Rotterdam

www.rijndam.nl



December 2022