

Focusgroep

“Gewoon anders bewegen”

Psychosociale beweggroep voor kinderen

Is je kind motorisch onhandiger dan leeftijdsgenootjes? Kan hij of zij minder goed meekomen met sport of de gymles? Struikelt je kind vaker of laat hij of zij regelmatig iets vallen? Wordt hij of zij daar onzeker van en durft je kind daardoor niet zo snel iets nieuws te proberen? Dan is de focusgroep “Gewoon anders bewegen” wellicht iets voor je kind. Dit is een psychosociale beweeggroep voor kinderen tussen de 7 en 14 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 jouw kind een meerwaarde heeft. Wanneer dit het geval is, wordt je kind aangemeld.

Gedurende acht aaneengesloten weken komt je 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 jouw 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 10 en 10 tot 14 jaar. Voor kinderen tussen de 7 en 10 jaar wordt de focusgroep twee keer per jaar gegeven, zowel in het voorjaar als in het najaar.

Voor jongeren tussen de 10 en 14 jaar wordt de focusgroep gedurende het jaar gegeven bij voldoende aanmeldingen (minimaal vier). Als je kind deelneemt aan deze groep leren zij zelf een plan van aanpak te maken.

Ouderbegeleiding

Tijdens één van de acht lessen wordt ook een bijeenkomst voor jullie als ouders/verzorgers georganiseerd. Hierbij gaat de psycholoog in gesprek met alle ouders/verzorgers van de kinderen uit de groep. Er wordt gesproken over wat DCD en soortgelijke motorische aandoeningen betekenen in het dagelijks leven van je kind en wat dit vraagt van ouders en kind. Tijdens deze bijeenkomst is er tussen ouders onderling vaak veel herkenning, wat voor jou 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 je kind tips en advies om activiteiten aan te pakken en uit te voeren. De psycholoog/orthopedagoog observeert het gedrag van je kind en helpt hem of haar zich bewust te worden van dit gedrag. Daarnaast stimuleert de psycholoog/orthopedagoog je kind ook om nieuwe uitdagingen aan te gaan en te experimenteren met nieuw gedrag. Dit wordt ook uitgewisseld met ouders/verzorgers.

Kosten

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

Aanmelden

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

Meer informatie

Heb je nog vragen? Neem contact met ons op via het medisch secretariaat van locatie het ROeR, via secretariaatroer@rijndam.nl of 010 211 17 77.

Rijndam locatie het ROeR

Hazelaarweg 100 – 102
3053 PM Rotterdam
010 – 211 17 77

Postadres

Postbus 23181
3001 KD Rotterdam

www.rijndam.nl



Mei 2026