

In deze folder vindt u een korte beschrijving van de tot nu toe verschenen themabrochures van het Kindertherapeuticum.

De themabrochures zijn ontstaan uit de behoefte om ouders na het adviesgesprek iets mee te kunnen geven om thuis nog eens na te kunnen lezen. Bepaalde thema's komen in de gesprekken vaak terug. Over dit soort thema's gaan de brochures. Weliswaar is ieder kind uniek, maar bepaalde vragen over de aanleg van het kind of over de opvoedingssituatie zijn onafhankelijk van een bepaald kind of deze speciale ouders.

De themabrochures en de opbergmap zijn te koop in het Kindertherapeuticum schriftelijk te bestellen. Voor schriftelijke bestellingen kunt u een formulier downloaden op de website van het Kindertherapeuticum: www.kindertherapeuticum.nl

Welke brochures op dit moment verkrijgbaar zijn, vindt u op onze website. Aan het eind van deze folder vindt u de lijst van te verschijnen of verschenen titels.

1. Allergie

Een op de drie Nederlanders krijgt in zijn leven met allergie te maken. Het is kennelijk een kwaal van deze tijd. In zijn verschillende verschijningsvormen zoals eczeem, astma en hooikoorts wordt duidelijk dat allergie letterlijk en figuurlijk een grensprobleem is. Letterlijk: allergie speelt zich af op de grens van binnen- en buitenwereld.

Figuurlijk: iedereen die te maken heeft met allergie krijgt te maken met de vraag hoe hij zich in psychisch opzicht staande houdt ten opzichte van de buitenwereld.

In deze brochure wordt nagegaan hoe de grens tussen buitenwereld en binnenwereld tot stand komt in de loop van de ontwikkeling van een kind. En natuurlijk, hoe de grens niet goed tot stand komt bij de allergische mens. Het blijkt dat er op drie manieren een grens moet ontstaan. Een grens is die van een kind ten opzichte van de zintuiglijke wereld, dat is het werkterrein van het waarnemen met de zintuigen. Een tweede grens is die van een kind ten opzichte van de stoffelijke wereld, bijvoorbeeld de voeding. Dat is het werkterrein van de vertering. De derde grens is moeilijker aan te geven, omdat die niet een echte plaats heeft in het menselijk organisme. Het gaat om de grens tussen een kind en alles wat hij meemaakt, beleeft, ervaart. Om die grens gaat het eigenlijk, zo zal blijken, want dat is het werkterrein van de zich ontwikkelende persoonlijkheid.

Allergie wordt in deze brochure beschreven als een probleem van grenzen en uiteindelijk van de menswording. Misschien beter gezegd: als een mogelijkheid om in deze verwarrende 21-ste eeuw de ontwikkeling van zijn persoonlijkheid, van zijn IK, niet over te slaan.

Tot slot worden kort een aantal suggesties gegeven om met de allergie van een kind om te gaan, aansluitend op het principe van de drie grenzen.

2. Eczeem

Een van de uitingsvormen van allergie is eczeem. Vaak begint dat al op de zuigelingenleeftijd, soms later of veel later. De grens is die van de huid, zowel de echte huid als de zielenhuid. Bij eczeem is de grens tussen het kind en zijn omgeving te dun. Dat betekent dat er veel te veel bij het kind binnenkomt, maar dat betekent ook, dat het kind zijn grensprobleem meedeelt aan zijn omgeving. Het is soms ongelooflijk waar je allemaal toe komt als je een kind met eczeem hebt, verschillende zalven, therapeuten, diëten, toevoegingen etcetera. In de brochure wordt op deze grensproblemen ingegaan.

De principes van de behandeling worden uitvoerig besproken, toegelicht met voorbeelden. Zowel de uitwendige behandeling, als de rol van dieet en van pedagogische maatregelen komen aan bod.

In het Kindertherapeuticum wordt een paar maal per jaar een cursus gegeven voor ouders van kinderen met eczeem en allergie.

3. Astma

Een van de uitingsvormen van allergie is astma. Het is verwant, maar toch weer heel anders dan bij eczeem.

Natuurlijk is het een variant van het grensprobleem, dat allergie is. Hier gaat het om de adem, dat bijzondere proces, dat normaal gesproken onbewust verloopt en dat bij astmatische benauwdheid veel te bewust wordt.

Ademen is een sociaal proces en een stoornis in de adem heeft dan ook alles te maken met een onevenwichtige verhouding van een mens met zijn omgeving, met dat wat hij meemaakt en hem overkomt. Allerlei stoffen die een mens inademt kunnen de longen, zo irriteren, dat er een kramp ontstaat. Ademen heeft ook veel te maken met emotie, met spanning en stres. In de brochure wordt uitgebreid ingegaan op de rol van de longen en van de nier bij dit hele ademproces en ook bij astma.

In het onderdeel behandeling wordt de plaats van medicatie en van uitwendige behandelingen besproken. De situatie tussen de aanvallen vraagt een hele andere benadering dan die tijdens de astmatische benauwdheid. Ook

worden er aanwijzingen gegeven over de pedagogische aanpak van het ademprobleem. Als het lukt om een kind voldoende vrije ademruimte te bezorgen, is het vaak mogelijk om met veel minder medicatie uit te komen. Astma stelt een vraag aan een kind en zijn omgeving. Met de hulp van krachtig werkende medicijnen is het tijdelijk mogelijk die vraag niet te horen. Maar voor de gezondheid is het beter dat de vraag wel gehoord wordt.

4. Aandachtstekortstoornis en hyperactiviteit (ADD en ADHD)

Bijna in iedere klas is wel een kind met ADD of ADHD. Onrustige, drukke en ongeconcentreerde kinderen kwamen natuurlijk altijd al wel voor, maar de laatste jaren lijkt het wel of er een epidemie van is. Zeker wanneer je kijkt naar het aantal pillen, dat voor de behandeling daarvan wordt voorgeschreven, is er een schrikbarende toename. Over de oorzaak van deze 'stoornis' zijn een aantal theorieën. Die hebben te maken met stofjes in de hersenen, met erfelijkheid en chromosomen. In deze brochure wordt op al deze bekende feiten niet uitvoerig ingegaan, ze zijn immers in boeken, folders en op internet goed na te lezen.

In de brochure wordt nagegaan hoe bij kinderen het vermogen tot *aandacht* ontstaat, hoe het komt dat ze *gericht gaan bewegen* en dat de *impulsiviteit* van hun bewegingen normaliter afneemt. Er wordt uitgelegd dat het normale menselijke bewegen iets is dat zich altijd in relatie met de buitenwereld afspeelt. Het kind neemt iets waar uit de buitenwereld en reageert daarop met een handeling in de buitenwereld. Er hoort een kleine pauze te zitten tussen waarnemen en handelen, tussen prikkel en respons. Deze terughouding is bij ADD en ADHD verstoord. In de brochure wordt ingegaan op de functie van het hart bij het tot stand komen en onderhouden van deze terughouding.

Tenslotte wordt ingegaan op de behandeling. Zowel pedagogische maatregelen, medicatie, voeding en therapieën komen aan de orde.

5. Te open en te gesloten kinderen.

Deze brochure gaat over het algemeen menselijke vermogen tot *ontmoeten*. Niet ieder kind heeft een aangeboren talent tot het hebben van ontmoetingen met zijn medemensen en met andere verschijnselen in zijn omgeving. Sommige mensen zitten in zichzelf opgesloten, ze zijn te gesloten. Andere mensen hebben het er juist moeilijk mee om binnen in hun huid te blijven, ze zijn te open. Dat begint al op de kinderleeftijd en het heeft enorme consequenties voor het leren van ontmoeten. Zo'n aangeboren eigenschap wordt in de antroposofische pedagogie *constitutie* genoemd. Dat wordt in de brochure verder uitgelegd.

Vervolgens worden de twee kindertypes beschreven. Het gesloten kind komt de weerstand van zijn lichaam tegen, als hij de wereld wil ontmoeten. Het open kind komt juist het gebrek aan houvast tegen en dreigt zich te verliezen in de buitenwereld. Voor ieder kind met zo'n constitutie is dat een levensopgave. Dat geldt des te meer als de geslotenheid of openheid extreem wordt. Dan kunnen er ziekteverschijnselen ontstaan, die een medische behandeling nodig hebben. Maar mooier is het natuurlijk als je door opvoeding, behandeling, therapie kunt voorkomen dat het tot ziekteverschijnselen komt. De pedagogische en therapeutische aanpak worden tot slot besproken.

6. Autisme

ASS, zoals het aan autisme verwante contactprobleem tegenwoordig wordt genoemd, is een diagnose die veel vaker dan vroeger wordt gesteld. We hebben er kennelijk oog voor gekregen, dat er kinderen zijn die sociaal niet goed sporen.

Misschien zijn er echt meer kinderen met een contactprobleem, misschien zien we het vaker. Misschien hoort het ook wel bij de moderne tijd, net als allergie en ADHD. We krijgen in het Kindertherapeuticum vaak de vraag gesteld of een kind kenmerken van een contactprobleem heeft. In deze brochure wordt uitgelegd hoe we dan naar een kind kijken. We gaan op zoek naar de achtergrond van de onvermogens in het contact. Soms heeft dat een autistische oorsprong, vaak is er heel wat anders aan de hand. In de brochure wordt ook de plaats in het menselijk organisme beschreven, waar het normale contact met de buitenwereld ontstaat en waar dus ook het probleem kan ontstaan. Het gaat daarbij om een zeer onbewust deel van het menselijk functioneren, namelijk de levensfuncties, dat deel wat in de antroposofie het etherlichaam wordt genoemd. Een stoornis op dat terrein heeft gevolgen voor de ziel en het psychisch functioneren, maar ook voor het leren en het verteren. Hoe je met zo'n probleem om kunt gaan en wat voor begeleiding en therapie er mogelijk is, komt kort aan bod.

7. Kindervoeding

Niets is zo vanzelfsprekend in de opvoeding als het feit dat je je kind goed te eten geeft. Maar daarmee houdt dan ook de overeenstemming tussen de verschillende voedingstheorieën op. En, los van de theorie, de alledaagse praktijk is weerbarstig. Hoe zou je een kind moeten leren om iets te eten wat het niet lust of niet goed kan verteren? Hoe kan je op een verstandige keuzes maken voor "gezond eten"? Veel ouders willen graag dat hun kind gezond eet. Ze voelen aan dat het voor de gezondheid van hun kind belangrijk is, dat het ondersteunend kan zijn in

het overwinnen van eenzijdigheden, dat voeding misschien wel een essentiële factor is in de immunologische afweer en de gezondheid op latere leeftijd. Dat is dan ook precies het thema van deze brochure. Er wordt kort beschreven hoe het zit met voeden, verteren, stofwisselen en uitscheiden. Het wordt duidelijk dat voeding net zo belangrijk is voor de latere ontwikkeling, als opvoeding en goede schoolprestaties. Gelukkig brengen de epidemie van allergie en overgewicht, van cariës en obstipatie de aandacht voor gezonde voeding terug. Gezonde voeding is die voeding waar je je aan ontwikkelt, waar iets aan te beleven valt, die verteerd moet worden. Het tweede deel van de brochure is gewijd aan praktische adviezen en richtlijnen voor een gezonde kindervoeding. Compleet met voorbeelden voor een dagmenu, ook voor de kritische eters!

8. Muziektherapie

Dat muziek je kan ontroeren, stil maken, enthousiast maken, dat weet iedereen wel. Maar dat muziek ook kan genezen ligt minder voor de hand. In deze brochure wordt uitgelegd hoe dat zit. Muziek is van hoge komaf. Niet voor niets wordt muziek gebruikt bij allerlei feestelijke en plechtige gelegenheden. Kinderen neuriën en zingen haast vanzelf, zeker als ze het goede voorbeeld krijgen. Muziek heeft een werking op de ziel: een mens wordt er blij, rustig, vrolijk of stil van. Maar dat niet alleen. Muziek heeft ook een werking op de lichamelijke gezondheid. In de brochure wordt de werking van de verschillende muzikale elementen besproken, zoals toon, melodie, harmonie, maat en ritme. Ook de werking van de verschillende soorten muziekinstrumenten: strijk- blaas- en slag-instrumenten komt aan de orde. Als u de brochure leest, begrijpt u waarom we in het Kindertherapeuticum muziektherapie zo graag voorschrijven aan kinderen met een probleem van het innerlijk en uiterlijk bewegen, het afstemmen en zelf ruimte innemen.

9. Moderne Media

De beeldschermen, computerspelletjes, het internet en het chatten zijn niet meer weg te denken uit de samenleving. Zijn kinderen vanzelfsprekend in staat om daar verstandig mee om te gaan? Zijn ze vanzelf mediacompetent? Nieuwe, onbegrensde mogelijkheden van informatie, communicatie en vermaak liggen voor het grijpen voor de kinderen. Van overheidswege wordt het gebruik van de moderne media gepropageerd. "Is dat nou allemaal in orde, is het goed voor ze? Komen het gewone spel en de fantasie niet tekort?" vragen ouders zich af. We moeten ze al opvoeden tot gehoorzaamheid, sociale competentie en zelfstandigheid; nu ook nog tot mediacompetentie!

In deze brochure wordt uitleg gegeven over de werking van de moderne media. Kinderen moeten de werkelijkheid leren kennen tijdens het opgroeien. Het blijkt dat de media daarbij niet behulpzaam zijn. De *kwaliteit* van het beeld van de schermen staat een ontmoeting met de werkelijkheid in de weg. Wat ontmoeten de kinderen dan, als ze die beelden in zich opnemen? Hoe komt het toch dat TV en computer zo verslavend zijn? Op dit soort vragen kunt u antwoorden lezen in deze brochure over de moderne media.

Aan het eind worden een aantal ideeën gegeven voor een omgangsvorm met de media waarbij uzelf en uw kinderen gezond blijven.

10. Wat is een antroposofisch geneesmiddel?

Ouders willen graag weten waarvoor het geneesmiddel dat de antroposofisch arts hen voorschrijft eigenlijk is. Ze willen ook weten hoe het werkt en waarop ze moeten letten, als ze het geven. Daarover gaat deze brochure. De plaats van de antroposofische medicatie ten opzichte van de homeopathische, de fytotherapeutische en de reguliere middelen wordt uitgelegd. Een aantal typisch antroposofische geneesmiddelen wordt beschreven. Daardoor wordt duidelijk dat het erom gaat in de natuur de juiste substantie te vinden, die past bij het verstoorde evenwicht in de mens. Als een geneesmiddel werkt, betekent het dat er een verwantschap is tussen de patiënt en het middel. Daardoor kan er een ontmoeting plaatsvinden tussen die twee. Hoe die ontmoeting eruit ziet hangt af van het therapeutische principe, waarvoor het middel wordt gebruikt. Vijf van deze therapeutische principes worden besproken. Ook het potentieren, de methode die gebruikt wordt om het middel in het lichaam op de juiste plek te krijgen, komt aan bod. Door het lezen van deze brochure maakt u niet alleen kennis met de antroposofische geneesmiddelen, maar ook met de antroposofische geneeskunde.

11. Euritmietherapie

Euritmietherapie is een zeer werkzame therapie. Helaas voor sommige kinderen, die denken dat ze het niks vinden, wordt het veel voorgeschreven. De meeste kinderen die eraan beginnen gaan het overigens wel waarderen, zeker als ze merken, dat het werkt. Deze brochure legt uit, waarom euritmietherapie anders is dan bewegings- en oefentherapieën. De gebaren van de euritmie zijn afkomstig van de spraak en de taal. Als een mens spreekt, komen er in zijn mond en keel hele speciale vormkrachten in werking, namelijk de vormkrachten van de taal. Die kracht kan therapeutisch gebruikt worden, als een kind er een tekort aan heeft of met een of andere eenzijdigheid zit. Euritmie helpt bij problemen met het bewegen, zowel bij onbeweeglijkheid als ook bij overbeweeglijkheid.

Maar ook als het bewegingsprobleem aan de buitenkant niet zo goed te zien is, bijvoorbeeld bij allergie, kan euritmie de oplossing brengen. Euritmie houdt het midden tussen oefentherapie en expressie; en beide is het net niet. In de brochure leest u hoe het wel zit.

12. Kunstzinnige therapie

Als je deze prachtige brochure leest, wil je zelf ook! De verschillende elementen van de kunstzinnige therapie worden zo beschreven dat je voor je ziet waar het om gaat. Het gaat om schilderen, boetseren, vormtekenen en vrij tekenen. Er wordt uitgelegd dat deze verschillende kunstzinnige uitingsvormen een basis hebben in de fysiologische mogelijkheden van het kind. Het ene kind voelt zich vrijer in het schilderen, het andere in het tekenen of juist het boetseren. In grote lijnen heeft het schilderen verwantschap met het middengebied, het gevoelsgebied, het boetseren met de onderpool, het wilsgebied en het tekenen met de bovenpool, het denkgebied. In het Kindertherapeuticum wordt de kunstzinnige therapie niet alleen therapeutisch, maar ook diagnostisch ingezet. Naar aanleiding van een aantal concrete voorbeelden beschrijft Roswitha Ockeloen hoe dat in z'n werk gaat. Met kleurige afbeeldingen, een euro duurde dan de andere brochures. Voor ouders die willen begrijpen waar hun kind naar toe gaat als het kunstzinnige therapie gaat en voor iedereen die menskunde en therapie samen wil bezien.

13. Schoolrijpheid

Weet u het nog? Vroeger waren er kleuters. Dat waren kinderen voor ze naar school gingen. In Nederland is de stap naar de schoolrijpheid afgeschaft toen de kleuter is afgeschaft. Maar dat maakt de overgang naar groep 3 (eerste klas) niet minder belangrijk. Een kind van een jaar of zes - zeven maakt een enorme verandering door. Niet alleen krijgt het zijn nieuwe tanden, maar tegelijk is het toe aan het schoolse leren. Die tanden en dat leren blijken met elkaar te maken te hebben. Daar gaat deze brochure over. Twee ontwikkelingen maakt een kind tegelijk door in de leeftijdsfase van 0 – 7 jaar. De ene ontwikkeling voert tot de denkrijpheid, de andere tot de schoolrijpheid. De denkrijpheid betekent dat een kind vrij over zijn gedachten kan beschikken en ze kan gebruiken om dingen te begrijpen en ze te onthouden. De schoolrijpheid betekent dat een kind zijn spel en zijn energie kan inzetten om met interesse de leerstof in zich op te nemen. En niet alleen opnemen, maar ook: zich eigen maken. De beoordeling of een kind "toe is aan de eerste klas" wordt na het lezen van deze brochure een stuk gemakkelijker. Voor ouders die mee willen denken en voor leerkrachten die de ouders voor willen zijn.

14. Kind, Beeld & Scherm, Gids voor ouders

Deze gids is een beetje anders dan de overige brochures. Het is door Maurits in 't Veld en Edmond Schoorel geschreven als praktische handleiding. Aan de hand van vragen worden veel gestelde vragen beantwoord. Die vragen gaan over thuis (Ik kan toch niet de hele dag in de gaten houden wat ze allemaal bellen, chatten, msn-nen, gamen en zien op de TV?) over school (Welke plaats heeft de ICT in het onderwijs voor de kleuterleeftijd?) en over de achtergrond van het thema (De deskundigen spreken elkaar tegen; wie moet ik nou geloven?). Het leest gemakkelijk en is heerlijk praktisch voor iedereen die zich afvraagt of zijn kind misschien opgevoed moet worden om **mediacompetent** te worden.

versie 21 oktober 2017