

# Mara's nieuwe strategieën

INGRID VAN DER HEIJDEN, ORTHOPEDAGOOG/GZ PSYCHOLOOG

MBS EINDHOVEN



leren van  
casussen

beschrijf je eigen casus

## INTRODUCTIE

Mijn naam is Ingrid van der Heijden. Ik werk als orthopedagoog/GZ-psycholoog op een school voor zeer moeilijk lerende kinderen en jongeren. Vanuit het zorgteam zijn mijn collega's en ik betrokken bij Mara.

## PROBLEEMSITUATIE

Mara heeft op 11-jarige leeftijd, na overvraging op sociaal en didactisch gebied op een school voor speciaal basisonderwijs, de overstap gemaakt naar het onderwijs voor zeer moeilijk lerende kinderen (een ZML-school). Bij aanmelding wordt gesproken van een licht verstandelijke beperking en autisme. Daarnaast heeft Mara aandachtsproblemen. Hiervoor gebruikt ze medicatie.

Op de ZML-school zien we een vriendelijk meisje dat graag bij de groep wil horen. Ze is gemotiveerd om te leren, doet graag mee met activiteiten en zoekt contact met klasgenoten. Deze contacten verlopen regelmatig moeizaam. Mara heeft moeite met het begrijpen van het gedrag van andere leerlingen en hierop af te stemmen. Ze vraagt ook binnen het ZML-onderwijs veel begeleiding.

Enkele maanden na de start binnen het ZML-onderwijs heeft Mara in toenemende mate individuele begeleiding nodig.

In deze periode verhuist de school naar een nieuw gebouw. Ook is op dat moment één van de vaste begeleiders ziek, waardoor wisselende invallers in de klas komen. Regelmatig maakt Mara harde geluiden en scheldt ze. Daarnaast is ze impulsief naar de begeleider en/of de leerlingen. Ze knijpt krabt, slaat en schopt ze. Dit gedrag is vooral te zien aan de groepstafel, tijdens het buitenspelen, bij de gymles en bij groepsactiviteiten.

Naar verschillende, minder weerbare, klasgenoten maakt Mara bepaalde opmerkingen. Dit leidt er toe dat de betreffende leerling erg overstuur raakt en daardoor ontstaat er veel onrust in de klas.

Op verschillende manieren is geprobeerd om Mara te helpen. Ze krijgt extra begeleiding die gericht is op het krijgen van inzicht in sociale situaties en emoties, tijdens het eten en buitenspelen. Toch blijven er moeilijke situaties ontstaan. Per moment wordt bekeken waar en hoe Mara opgevangen kan worden wanneer het in de klas niet lukt om haar tot rust te laten komen. Buiten de klas komt ze snel tot rust. Eenmaal terug in de klas kan de onrust meteen weer oplopen. Ondanks alle inspanningen blijft de ondersteuningsbehoefte van Mara groot en komt ze onvoldoende toe aan leren.

Vanwege vragen op het gebied van de prikkelverwerking, opstandig gedrag en aandacht wordt Mara door haar ouders aangemeld bij een GGZ instelling. Er vindt allereerst medisch onderzoek plaats om somatische oorzaken voor de problemen uit te kunnen sluiten. Vervolgens zoeken school, ouders, GGZ en de individueel begeleider naar hoe we het gedrag van Mara kunnen begrijpen en hoe we haar passend kunnen ondersteunen op school.

## BEELDVORMING

Mara is een meisje met een licht verstandelijke beperking. Haar cognitieve capaciteiten laten een disharmonisch intelligentieprofiel zien, waarbij de verbale vaardigheden van Mara sterker zijn ontwikkeld dan haar performale vaardigheden.

Daarnaast is er sprake van een stoornis binnen het autistisch spectrum. Mara heeft een beperkt inzicht in sociale situaties. Ze heeft moeite om onderscheid te maken tussen informatie die voor haar bestemd is en wat

voor anderen bestemd is. Ze is gericht op details, verliest zichzelf daarin en heeft dan geen overzicht meer. Ze heeft soms concepten in haar hoofd die niet overeenkomen met de werkelijkheid, waardoor ze in de war raakt. Verandert er iets aan haar programma dan stelt ze na een tijdje, niet direct, veel vragen over hoe het zit en waarom.

Gezien de vroege kenmerken van autisme in de ontwikkeling van Mara worden de aandachtsproblemen gezien als secundair volgend uit het autisme.

Uit medisch onderzoek wordt duidelijk dat bij Mara sprake is van absence epilepsie. Hierdoor mist ze gedurende de hele dag kleine stukjes informatie vanuit haar omgeving. Als gevolg van de absences en het autisme heeft Mara onvoldoende begrip van de wereld om haar heen. Ze begrijpt niet altijd wat er van haar verwacht wordt en hoe zij adequaat om hulp kan vragen. Dit wordt versterkt door de verstandelijke beperking. Mara heeft onvoldoende cognitieve en sociale strategieën die zij in kan zetten wanneer zij meer behoefte heeft aan duidelijkheid en voorspelbaarheid.

Door het autisme heeft Mara moeite met de verwerking van auditieve informatie. Ze heeft veel last van omgevingsgeluiden en houdt haar omgeving nauwgezet in de gaten. Hierdoor raakt ze regelmatig overprikkeld.

Als Mara weinig grip heeft op haar omgeving en onduidelijkheid ervaart, bouwt ze spanning op. Dit is vooral merkbaar in minder overzichtelijke en prikkelrijke situaties.

De emotionele ontwikkeling van Mara is lager dan je op grond van haar cognitieve niveau en verbale vaardigheden zou verwachten. Mara heeft veel moeite met het benoemen en reguleren van haar emoties. Ze heeft beperkte vaardigheden om zich staande te houden in sociale situaties, aan te geven hoe het met haar gaat en wat zij nodig heeft.

Mara kan niet reflecteren op een situatie, weet achteraf niet meer wat er is voorgevallen en hoe zij gereageerd heeft.

Een aanpak gericht op het vergroten van inzicht in sociale situaties, leidt bij Mara niet tot een groei van deze vaardigheden. Ze is bang om fouten te maken en dikwijls zegt ze dat ze 'het niet kan'. Herhaaldelijk geeft Mara aan dat ze niet alleen wil zijn en dat de begeleider bij haar moet blijven. Ze heeft moeite met uitgestelde aandacht. Op school kan Mara niet altijd de directe aandacht en nabijheid krijgen om haar gerust te stellen. Ook dit leidt tot een toename van de spanning.

De moeite met emotieregulatie leidt bij oplopende spanning uiteindelijk tot impulsief en ongewenst gedrag. Enerzijds in de vorm van verbale en fysieke agressie naar begeleiders en klasgenoten. Anderzijds tot het opzoeken van negatieve sociale interacties met klasgenoten. Dit laatste gedrag is vooral gericht op een rustig klasgenootje. De reactie van dit meisje is altijd voorspelbaar; zij doet niets terug. Het is vermoedelijk Mara's strategie om weer grip te krijgen op een situatie. Op deze gedragingen van Mara volgt namelijk altijd een reactie van een begeleider. Hiermee krijgt Mara steeds een vorm van duidelijkheid door nabijheid van begeleiding en vaak wordt Mara uit de situatie gehaald om buiten de groep tot rust te komen. Zodra Mara tot rust gekomen is, neemt zij weer deel aan het groepsprogramma en wordt dan op sommige momenten opnieuw geconfronteerd met de overprikkeling en onvoorspelbaarheid. Hierdoor loopt de spanning opnieuw op bij Mara.

## INTERVENTIE 1: MEDICATIE

De eerste interventie is gericht op het verminderen van de absences met behulp van medicatie. Ouders zijn in overleg met de kinderneuroloog gestart met anti-epileptica, naast de medicatie die Mara al kreeg voor de aandachtproblemen.

## INTERVENTIE 2: VERGROTEN DUIDELIJKHEID EN VOORSPELBAARHEID

De tweede interventie is gericht op het vergroten van het begrip van de wereld door het bieden van duidelijkheid en voorspelbaarheid.

Voor Mara wordt gevisualiseerd, met een foto ketting, wie haar aanspreekpunt op dat moment is. Bij wisseling wordt de ketting zichtbaar voor Mara van de ene begeleider aan de andere begeleider overgedragen.

De eenduidigheid in de manier van begeleiden wordt vergroot aan de hand van een interactieprotocol. Daarin zijn de signalen van Mara en de manier van begeleiden die zij dan nodig heeft vastgelegd. Er komt een vaste afspraak voor de plaats en manier waarop Mara tot rust kan komen wanneer het niet lukt in de klas.

Er komt nog meer structuur en overzicht in het programma van Mara. Ze krijgt een duidelijk gevisualiseerde werkorganisatie en werkt met vertrouwde taken vanuit haar werkbakken.

Tijdens ontspanningsmomenten kiest Mara uit een beperkt aantal ontspannende activiteiten. Met behulp van een dobbelsteen met daarop een vraagteken kan Mara aangeven dat ze daarbij hulp nodig heeft.

## INTERVENTIE 3: PRIKKELREDUCTIE

Om de overprikkeling bij Mara tegen te gaan is ingezet op prikkelreductie. Mara krijgt een werkplek vooraan in de klas waardoor zij minder ziet wat er in de klas gebeurt. Haar werkmaterialen komen bij haar in de buurt te staan zodat ze niet steeds door de klas hoeft te lopen.

Mara mag op sommige drukkere momenten een koptelefoon opzetten om geluid te dempen. Ouders geven ook een mp3-speler met rustgevende muziek mee naar school, die Mara in de klas mag gebruiken.

Mara neemt tijdelijk minder deel aan het groepsprogramma en volgt dan een individueel programma. Om te zorgen dat de lunchpauze ook echt een rustmoment is voor Mara, wordt de pauze anders ingevuld. De individueel begeleider gaat samen met Mara in een ruimte van de BSO eten en daarna buiten spelen op het plein van de BSO waar op dat moment geen andere leerlingen zijn.

#### INTERVENTIE 4: ALTERNATIEF GEDRAG VOOR REGULEREN EMOTIES

De laatste interventie heeft betrekking op het aanleren van alternatief gedrag voor het reguleren van de emoties. Mara worden concrete gedragsstrategieën aangeleerd, die haar op een visuele manier worden aangeboden.

Emoties en overprikkeling worden voor Mara gevisualiseerd in een emotiemeter in drie stappen. Bij het opstellen van de emotiemeter heeft Mara zelf meegedacht. Er wordt gebruik gemaakt van de concrete woorden die Mara geeft aan haar stemming en ze heeft zelf afbeeldingen uitgezocht die passen bij de drie fasen van de emotiemeter, namelijk drie verschillende smileys.

Mara leert bij iedere fase een passende strategie aan om tot rust te komen. Deze strategie bestaat uit wat Mara tegen de begeleider kan zeggen en wat ze kan doen. In fase 1 volgt ze het programma in de klas. Wanneer ze zelf merkt dat ze onrustig wordt (fase 2) mag Mara gaan tekenen omdat dit haar helpt om weer tot rust te komen. Ze kan dit tegen de juf zeggen of de emotiemeter verzetten en dan gaan tekenen. Mara neemt hierin zelf het initiatief.

In fase 3 neemt de begeleider de regie en geeft aan dat Mara tot rust moet gaan komen. Voor de rust voor de andere leerlingen, vindt het tot rust komen in fase 3 allereerst buiten de klas plaats, bij een vaste persoon. Later in een aangrenzende ruimte bij de klas. Een vertrouwde begeleider is altijd

in de nabijheid aanwezig. Zodra Mara voldoende tot rust gekomen is, gaat de begeleider kort met haar in gesprek. Vaak kan Mara dan aangeven wat de oorzaak van de onrust was. Wanneer mogelijk, wordt dit opgelost. Daarna gaat Mara weer verder met het programma in de klas.

Bij de start van het interventieplan neemt de begeleider nog volledig de leiding bij het hanteren van de emotiemeter. Zij benoemt hierbij letterlijk naar Mara wat ze ziet en wat Mara gaat doen. In stappen wordt Mara gestimuleerd om zelf aan te geven hoe het met haar gaat en wat ze nodig heeft om tot rust te komen.

## RESULTATEN

Na een half jaar is het probleemgedrag sterk afgenomen en zijn positieve resultaten bereikt.

Er hebben verschillende medicatiewisselingen plaatsgevonden voordat Mara goed ingesteld was op medicatie. Uiteindelijk zijn de absences volledig onder controle.

Mara ervaart meer duidelijkheid door de aanpassingen in de begeleidingsstijl.

In het begin wordt Mara regelmatig buiten de klas opgevangen om tot rust te komen. Na een laatste medicatie aanpassing is dit niet meer nodig.

Soms werkt Mara nog vanuit de werkbakken, maar meestal doet ze gewoon mee met de reguliere activiteiten. Ze komt in kleine stappen weer tot leren.

De verschillende hulpmiddelen, MP3-speler, emotiemeter, en de vraagdobbelsteen, zijn nog aanwezig in de klas. Ze gebruikt deze zelf wanneer het nodig is.

In de pauzes eet Mara weer samen met de andere leerlingen in de klas, ook speelt ze daarna samen op het schoolplein. Ondersteuning in sociale situaties blijft hierbij nodig.



Mara is in staat om zelfstandig op haar emotiemeter aan te geven wanneer ze zich drukker voelt. Ze zet de knijper op fase 2 en gaat dan tekenen of schrijven om rustig te worden. Daarna verplaatst zij de knijper weer op fase 1. De begeleiders zijn lastige situaties vaak vóór, waardoor Mara niet meer in de fase 3 terecht komt. Mara zoekt geen duidelijkheid meer door klasgenootjes negatief te benaderen. Het impulsieve en ongewenste gedrag komt niet meer voor.

In nieuwe situaties en grote overgangen blijft Mara meer nabijheid en individuele begeleiding nodig hebben, om voldoende overzicht te krijgen en te leren hoe ze in de nieuwe situatie haar strategieën toe kan passen. Ze heeft blijvend begrip en inzicht in haar gedrag nodig van begeleiders.

## GELEERDE LESSEN

Voor kinderen met een verstandelijke beperking en autisme is het van groot belang dat zij goed in staat zijn om te volgen wat er om hen heen gebeurt. Hierbij moet niet vergeten worden om ook te kijken naar mogelijke fysieke oorzaken die de waarneming kunnen beïnvloeden. Bij Mara bleek onderliggend aan de problematiek een vorm van absence epilepsie te liggen die eerder in de beeldvorming niet naar voren is gekomen.

Zie de bijlagen voor meer informatie over de rol van absences en epilepsie bij mensen met een verstandelijke beperking en autisme.

Naast het doen van aanpassingen in de begeleiding, omgeving en het activiteiten aanbod is het van belang om na te gaan welke gedragsalternatieven of strategieën iemand kan leren om emoties te kunnen uiten en reguleren. Dit zijn vaardigheden die concreet aangeleerd kunnen worden op een manier die aansluit bij zowel de cognitieve als de emotionele mogelijkheden. Deze strategieën moeten individueel ingetraind worden in dagelijkse situaties.

## AFSLUITING

Dit was de casus: Mara's nieuwe strategieën.

Reacties en of vragen zijn uiteraard welkom. Die kunnen online, via de website worden geplaatst.

Bijlagen kunnen worden geopend door op het paperclipje te klikken.

Bedankt voor het luisteren.

=====

BIJLAGEN:

[:www.cce.nl/expertise/expertise-overzicht/epilepsie](http://www.cce.nl/expertise/expertise-overzicht/epilepsie).

Of kijk op [www.kennispleingehandicaptensector.nl/epilepsie](http://www.kennispleingehandicaptensector.nl/epilepsie).