

# Early intervention als een manier van leven

Hoe je het kunt inbouwen in de praktijk van alledag \*)

**Juist als je net zit te verstouwen dat je pasgeboren kindje Downsyndroom heeft, is het belangrijk te weten dat je niet alleen staat in de opvoeding. Het early interventionprogramma 'Kleine Stapjes' reikt je de hand. Dankzij dat programma zie je meer ontwikkeling aan je kind en krijg je je zelfvertrouwen terug. Hoe gaat dat?** • Marian de Graaf-Posthumus

**N**ooit meer leert een mens zo snel, zo gemakkelijk en zo veel als tijdens de eerste jaren van zijn leven. Ook baby's met een verstandelijke belemmering, waarbij niet alles van een leien dakje gaat, staan in de eerste ontwikkelingsfase nog het meest open voor het aanleren van vaardigheden. Bij kinderen met Downsyndroom wordt, zoals u weet, de diagnose al kort na de geboorte gesteld. Dat is dan natuurlijk een hele klap voor die ouders en voor iedereen die van dit kindje houdt en naar de geboorte uitgekeken heeft. Ouders vertellen me vaak dat het zo moeilijk is om die 'doem' te horen uitspreken over je zo schattige, aandoenlijke baby'tje, dat zelf natuurlijk geen benul heeft van wat het teweeg heeft gebracht.

Daarom is het juist voor ouders en familie zo belangrijk om te weten dat ze niet alleen staan in de opvoeding van hun kindje. Het early interventionprogramma 'Kleine Stapjes' is ontwikkeld op kinderen met Downsyndroom en begint met aanreiken van ideeën voor al direct na de geboorte. De leidraad daarbij is de ontwikkeling van een gemiddeld kind van nul tot en met vijf jaar.

Maar die ontwikkeling is verdeeld in heel veel kleine stapjes. Toegerust met een fijnmazige lijst met die kleine stapjes kunnen de ouders de opvoeding zelf

ter hand nemen. Dankzij een programma als 'Kleine Stapjes' zien ouders meer ontwikkeling aan hun kind. Het geeft ze hun zelfvertrouwen terug, waardoor ze de toekomst weer aan kunnen. (Zie ook 'Kleine stapjes ... grote sprong' op blz. 25, en 'Duits onderzoek...' in de Update.)

## Meer taakgerichte leertijd

Bij early intervention gaat het niet om een zware extra belasting en intensieve training in kunstjes. Het hoort juist een manier van leven te worden, waarbij de taken verregaand door de ouders kunnen worden ingebouwd in de praktijk van alledag. Daarbij kunnen er dan toch ook dusdanig veelomvattende ontwikkelingsdoelen zijn, dat ze alles met elkaar jaren in beslag nemen. Die vergen dan zoveel oefening, dat er gestructureerd zowel als gegeneraliseerd naar toegewerkt moet worden.

Leren praten en lezen zijn bijvoorbeeld zulke langdurige aangelegenheden. De kunst is dan om die lange-termijndoelstellingen terug te vertalen naar een oefenplan op de korte termijn. Wat kunnen we vandaag en morgen al doen aan dat doel? Daar helpt het programma bij.

In mijn situatie waren de maaltijden daarvoor een voor de hand liggend oefenmoment. Dat zijn de momenten waarop iedereen zijn verhaal vertelt. Die

communicatiemomenten kunnen ook worden benut om enkele minuten uit te trekken voor gestructureerde interacties rond een lees- of spraakprogramma.

Maar daarnaast kan het ook bijvoorbeeld zondagsochtends bij het ontbijt op ouderlijk bed. Of bij het naar bed gaan. Dan lees je je kind voor, maar verlangt tevens van je kind dat het nog even het laatste nieuw geleerde woord aan de knuffel voorleest. Voor het kind betekent dat ook weer even uitstel van het onvermijdelijke naar bed gaan. Dat kan soms heel motiverend werken.

Verder kun je tijdens het vrije spelen van je kind gewoon woordkaarten omhooghouden en vragen: 'Wil je dat even pakken voor mamma?' (En zo'n 'kaart' kan dan een ter plekke met een zwarte viltstift op een wit papiertje geschreven woord zijn!) Dan gaat het om korte flitsende momenten die, wanneer ze maar vaak genoeg plaatsvinden, met elkaar de hoeveelheid taakgerichte leertijd toch zeer aanzienlijk verhogen, zonder dat het daarbij om sessies van meerdere minuten aan één stuk gaat. Houd bijvoorbeeld voor het vertrek naar de peuterspeelzaal het woordje 'tas' omhoog en vraag je kind die te pakken, waarna je die samen inpakt.

Woorden kun je ook met krijt op de stoep schrijven, of tijdens een boswandeling met een stokje in het zand. Het kan zelfs op een beslagen spiegel na het douchen. Op die manier kan er jaren achtereen aan een ontwikkelingsitem gewerkt worden - met uiteindelijk heel veel taakgerichte leertijd - zonder dat het je kind tegen gaat staan. En dat is de kunst, denk ik.



## Dagelijkse gang van zaken

Bij een peuter moet je je voortdurend afvragen: 'Waar kan ik dit klusje inbouwen in de dagelijkse gang van zaken?' Ik moet nu eenmaal de was ophangen, de planten water geven, de afwas doen en de bedden opmaken. Maar ik wil toch ook bijdragen aan het early intervention-programma van mijn kind. Daarom zal ik hier een paar voorbeelden geven van dat inbouwen.

*Was ophangen:* 'Geef jij mamma eens dat rode T-shirt uit de wasmand, die gele slabber, die groene sokjes of dat blauwe broekje'. Je kunt ook gekleurde knijpers kopen. Dan kun je daarmee met kleuren oefenen. In het begin vraag je steeds om één knijper en later om twee of zelfs drie.

*Planten water geven:* Je kunt al met een heel jong kind zo te werk gaan dat het met zijn handjes aan de blaadjes mag voelen. 'Voel maar. Dat is een harig blaadje en au! Het blaadje prikt. Dat bloemetje is net zo blauw als jouw T-shirt. Die moet heel veel water, wel vijf tellen: 1, 2, 3, 4, 5 ... en die maar weinig: 1, 2, 3. Zo, genoeg.'

*Bedden opmaken:* Het echtelijk bed is natuurlijk een prima plek voor het oefenen van de grove motoriek, van omrollen tot springen en koprollen. Maar je kunt er ook allerlei dingen tussen de lakens verstoppert om die bij het terugvinden te laten benoemen: 'Oh, dat is een ...'. Denk verder aan de ongekeerde mogelijkheden van een kussen en het bed bij de allereerste pogingen om te gaan staan en de eerste stapjes. De matras is lekker zacht om op te vallen.

Maar je kindje kan ook een klein kus-sentje vasthouden, waarmee je het naar je toe laat lopen. Zelf houd je het kus-sentje ook vast, maar onzichtbaar voor je kind aan de andere kant. Zo kan je kind toch gesteund door jou een paar pasjes naar je toe doen, terwijl het voor het eigen gevoel 'alleen loopt'.

Het is dus wezenlijk dat de ontwikkelingsstapjes niet te geïsoleerd worden gebracht, maar zo mogelijk in combinatie met andere items. Je kunt het woord bal op de stoep schrijven en het kind daarna vragen om die te pakken. Vervolgens ga je natuurlijk ook met de bal

over de grond rollen. Dat is een beloning, maar kan tevens een volgend motorisch ontwikkelingsstapje zijn. Je kunt zelfs proberen je kind over het woordje heen te laten mikken. Dat is dan weer ietsje moeilijker en daarmee komt je kind weer een stapje verder.

## 'Zwakke plekken'

Wat te doen met 'zwakke plekken' in de ontwikkeling van je kind?

*GM.B.137, 'Kan zonder het lichaam te bewegen en met de ogen dicht op één been staan (beide benen)'*. Dat was bij ons thuis een heel moeilijke opdracht, maar, naar we intussen weten, geldt dat voor de meeste kinderen met Downsyndroom. Dan komt de kunst van het taakanalyse maken om de hoek. Je kunt dat oefenen tot ouder en kind allebei een ons wegen. Maar kijk intussen alsjeblieft naar de tussenstappen, zoals hinkelen en oefeningen die je inbouwt in het dagelijks aan- en uitkleden, zoals kort op één been staan om je andere been in je onder-

broek, zwembroek of pyjama te steken.

Dat doe je dan wel niet met je ogen dicht, maar het is heel wezenlijk dit te kunnen, later in een duister badhokje met onder je een natte vloer. Probeer je kind dan maar via deze tussenstap beter te laten worden in dat gewraakte item.

## Welke stappen voor een strik?

Bij het maken van een taakanalyse moet je aan verschillende dimensies denken. In de eerste plaats kun je een taakanalyse maken in termen van tijd. Welke stappen moet je je kind achter-eenvolgens leren bij het maken van een strik? Je kunt eerst in je ringband kijken of alle stapjes die daar al staan genoeg aanknopingspunten bieden om je kind het strikken te leren.

Als je de stappen te groot vindt, kun je ook zelf eens heel langzaam een strik maken en de handelingen stuk voor stuk voor jezelf observeren en opschrijven. Dan kom je al op meer tussenstappen. Dan doe je het je kind heel langzaam

## Korte interacties

**Als u de ringband 'Kleine Stapjes'** in uw bezit hebt, neem hem er even bij. Dan geef ik een paar voorbeelden van integratie van taken en ontwikkelingsdomeinen. De aandacht wordt verdeeld over korte interacties (in plaats van één langere periode) in het leven van alledag.

*FM.F.86, 'Doet het trekken van een horizontale lijn na'*. Ik duidde al aan dat dat ook kan op de spiegel, na het douchen. Maar het gaat evenzeer met krijt op de stoep, terwijl je zelf tussendoor het gras tussen de tegels weghaalt.

*GM.E.133, 'Springt opzij en achteruit'*. Over die krijtstreep natuurlijk!

*GM.B.138, 'Kan vier stappen achter elkaar voetje voor voetje lopen'*. Eerst tussen twee krijtstrepen, daarna op de stoeprand. Maar je kunt die horizontale lijn ook op een zandweg trekken, bijvoorbeeld tijdens een wandeling in het bos, om die vervolgens voetje voor voetje af te lopen. Daardoor wordt die lijn weer uitgewist.

Dat is op zich natuurlijk al fascinerend, maar daarnaast kun je ook nog kijken naar de verschillende profielen onder de schoenen. Welke zool

is ruw en welke is glad. Zijn het rondjes of vierkantjes? Tijdens diezelfde wandeling kun je het voetje voor voetje lopen ook proberen op boomstammen langs het pad. Daarnaast kun je met de kinderen zoeken naar een boomstam die een beetje los van de grond komt aan het eind; die kan je dan weer heerlijk als wip gebruiken, dat is pas een beloning! Op zo'n manier maak je een langere wandeling met meer plezier.

*GM.E.143, 'Hinkelt twee à drie keer achter elkaar op de voorkeursvoet'* en *GM.E.144, 'Kan tien keer achter elkaar vooruit springen zonder het evenwicht te verliezen'*. Oké! Maar teken dan wel eerst een soort hinkelbaan. Met enige fantasie hebben *FM.F.119, 'Doet het tekenen van een plus-teken na'*, en verder daar betrekking op.

*GM.D.151, 'Gooit een klein balletje minder dan 15 cm naast een doel'*. Dat balletje mag natuurlijk ook een steentje zijn. Elk vierkant kan aangegeven worden met een kleur, in een later stadium een cijfer, een letter of een woord. Dan zeg je: 'Gooi het steentje eens naar ...' en dan moet het kind erheen hinkelen, enz.



## Ongewenst gedrag

voor. Daarna laat je je kind meedoen en help je het fysiek.

Ook een belangrijke taakverduidelijking is het als je al de handelingen voor het maken van een strik benoemt. Zo geef je mondelinge coaching. In de tweede plaats kun je denken aan aanpassing van het aan te bieden materiaal. Neem dikkere veters, kies samen een mooie kleur veter uit. Maak de strik eerst in het groot recht voor je neus op tafel of op schoot. Pas als allerlaatste op de schoen aan de voet.

Vaak gaat het om combinaties van kleinere stappen, aanpassing aan materiaal en plaats van aanbieden. Maar zelf een taakanalyse maken is lang niet altijd nodig. Ik kan me nog herinneren dat ik dat wel gedaan had voor 'kleine knoopjes dicht doen'. Pas daarna keek ik in mijn 'Kleine Stapjes' en daar trof ik precies mijn eigen taakanalyse aan. Hij stond er dus al!

### Een nieuw spel in stapjes

Zoals we allerlei bezigheden uiteen kunnen rafelen in kleinere stapjes, zo kan een nieuw spel ook in stapjes worden aangeboden. Daarvoor moeten we dan eerst kijken of er misschien een simpeler versie van te maken is, om daar dan geleidelijk aan vaardigheden en informatie aan toe te voegen. In die zin ook nog een paar voorbeelden.

Op een gegeven moment begon het overbekende spel Bonte Ballonnen cognitief binnen de mogelijkheden van onze zoon te vallen. Maar om twee redenen lukte het niet om hem een los kartonnen rondje op de overeenkomstig gekleurde ballon op de moederkaart te laten leggen. In de eerste plaats was er zijn voorgeschiedenis van louter insteekpuzzels. Bij alle spelletjes die hij tot dan toe had leren kennen moest er altijd ergens iets in gedaan worden.

In de tweede plaats was zijn fijne motoriek nog zo zwak dat hij zo'n los rondje zonder hulp ook niet precies op de bijpassende ballon kon leggen. Dat frustreerde hem dan weer zo dat hij al gauw het hele spel van tafel veegde. Om die problemen te vermijden hebben we toen bij wijze van proef voor één van de platen kartonnen buitencontouren om de afgebeelde ballonnen gemaakt. Dat klinkt veel moeilijker dan het was, want die contouren waren immers overgebleven nadat we de losse ballonnen uit hun kartonnen stroken hadden gedrukt. We hoefden die stroken alleen maar in stukken te knippen en op de moederkaart te plakken. Op die manier veranderden we Bonte Ballonnen in een soort kartonnen insteekpuzzel. Dat werkte. Door die modificatie van het materiaal werd de drempel sterk verlaagd. Die truc hebben we daarna vele malen met succes toegepast.

**Ik wil nog** kort ingaan op het omgaan met ongewenst gedrag. Het is natuurlijk het mooiste als je het kind zo kunt afleiden dat het gedrag stopt. Maar als dat niet lukt, kan het vaak ook een oplossing zijn om daar een draai aan te geven door er een taak bij te zoeken, of althans een taak zo aan te bieden dat dat gedrag daar een plaats in krijgt en dat er inhoud aan wordt gegeven.

Weer een paar voorbeelden. Aan de telefoon van de Stichting Downsyndroom krijg ik vaak te horen: 'Mijn kind gooit alleen maar met het speelgoed. Wat moet ik daar nu toch aan doen?' Uiteraard lenen balspelen en allerlei andere grof-motorische bezigheden, zoals bijvoorbeeld GM.D.148, 'Gooit een tennisbal vanaf anderhalve meter in een wasmand', en verder zich daar ook uitstekend voor.

Combineer dat, wanneer dat een beetje uitkomt, bijvoorbeeld met FM.J.112, 'Sorteert drie vormen'. Zet de doos of emmer waarin de Duplo en de Nopper, de houten blokken, enz., opgeruimd moeten worden naast elkaar en zeg: 'We gaan

opruimen'. Dan moet alles er van een afstand in gemikt worden en uiteraard soort bij soort. Dat geeft iedereen steeds veel bevrediging. Of ruim niet op, maar sorteer op deze manier kleur bij kleur. Dan kom je op een ander punt toch verder. 'Mijn kind zit zo vaak heen en weer te wiegen', hoor ik ook wel eens. Daarbij helpt dan vaak gewoon contact maken al. Maar je kunt ook weer liedjes zingen die inhoud geven aan dat wiegen. Oefen bijvoorbeeld met PS.A.57, 'Doet mee met liedjes of rijmpjes'. 'Schuitje varen, theetje drinken' is dan een ideaal voorbeeld.

Als je kind dan gaat wiebelen of deinen, roep je het toe: 'Wil je zingen? Ik heb nu even geen tijd. Nog even wachten, dan gaan we zo weer samen zingen.' Geef dan ook aan hoe lang het kind moet wachten, bijvoorbeeld door een kookwekker of een zandloper te gebruiken. Maar je kunt ook een kindermuziekje opzetten en je kind leren erom te vragen en zo het deinen te isoleren tot het hoort bij het luisteren naar of het maken van muziek.

### Zelfgemaakte lotto

Een Lottino-spel met een moederkaart met negen afbeeldingen is natuurlijk een onding om zo ineens te introduceren. Begin daarom eerst met een zelfgemaakte lotto met één afbeelding, daarna twee, drie en zo verder. Dat gaat prima op basis van losse Memory-kaartjes die je ergens op of in legt. Je maakt het geleidelijk aan steeds moeilijker, totdat je aan een moederkaart met negen afbeeldingen toe bent.

Daarna wil je dan de kaart omdraaien om ook de alleen door middel van contourlijnen aangegeven afbeeldingen op de achterkant te kunnen oefenen. Je kind moet dat dan kunnen, maar wil liever nog wat langer blijven doen wat het al kende. Ook in zo'n geval kan het materiaal weer worden aangepast. Je kunt dan bijvoorbeeld de gekleurde kant aflakken met wit doorzichtig papier, dat is al weer wat moeilijker. Daarna plak je de gekleurde kant af met dik wit papier. Dan is die andere mogelijkheid er gewoon niet meer.



### Herhalen

Eén vorm heb ik net al even boven aangestipt. Onze kinderen blijven nogal eens veel te lang herhalen wat ze al kunnen en doen zichzelf daarmee tekort. Vaak blijken moeizaam aangeleerde vaardigheden later heel populair. Daaruit kun je twee conclusies trekken. Het was de moeite waard deze vaardigheid te leren. Het is deel uit gaan maken van het 'vaste repertoire' van je kind.

Maar het is dus ook heel belangrijk dat het zich die volgende vaardigheid ook eigen maakt, ook als het daar zelf misschien de lol nog niet van inziet. Mijn zoon had bijvoorbeeld de eerste tijd ongelofelijk de pest aan die fietsoefeningen. Maar toen hij eenmaal door had hoe het moest, was hij zo trots als een aap met zeven staarten.

### Naschrift

Pikant detail: terwijl ik deze tekst medio oktober 2004 klaar maak voor de redactie, gaat mijn zoon voor het eerst naar de peuterspeelzaal in ons dorp. Alleen nu niet als klant, maar als hulpkracht.

\*) Bewerking van een workshop gehouden tijdens de studiedag 'Early intervention voor kinderen met ontwikkelingsachterstand' van 26 mei 1993 in het Provinciehuis van Zuid-Holland te Den Haag en voor dit nummer iets geactualiseerd. De auteur is de eerste moeder van een kind met Downsyndroom in ons land die met een early intervention programma werkte.