

Wat kan euritmitherapie doen voor kinderen?

Euritmitherapie is een bewegingstherapie die ontstaan is vanuit de antroposofie. Het is een actieve vorm van therapie, die zich richt op de motoriek van het kind. Daarnaast wordt ook het kind zelf, degene die 'beweegt', nadrukkelijk in de behandeling betrokken. Dat is mogelijk door een onderscheid te maken tussen de motorische ontwikkeling en de innerlijke ontwikkeling van het kind.

Bij de motorische ontwikkeling is er in principe altijd sprake van groei, van het verwerven van nieuwe vaardigheden. Het kind wil graag 'groter' worden. Daarom is deze ontwikkeling goed waarneembaar, óók als de motorische ontwikkeling niet soepel verloopt. De innerlijke ontwikkeling voltrekt zich meer in het verborgene en heeft een geheel ander karakter. Bij deze ontwikkeling is eerder sprake van een samentrekking, van een zich terugtrekken op zichzelf, dan van groei: vanuit het zich één voelen met de omgeving in de eerste kinderjaren moet het kind leren steeds meer op eigen benen te gaan staan.

De kracht van de euritmitherapie ligt vooral bij de innerlijke dynamiek. Een voorbeeld: een kind met eczeem heeft meestal het gevoel dat er geen plekje in zijn binnenwereld is, waar het echt veilig en geborgen is. Als dat kind een mooi afsluitend gebaar leert maken, zal het hem makkelijker vallen om dat wel te ervaren, waardoor het eczeem afneemt of zelfs verdwijnt. Een ander voorbeeld: een kind met een rekenprobleem kan zich geen voorstelling maken van een geometrisch figuur (een driehoek, vierkant, ovaal). Leert het kind vanuit zijn benen zo'n geometrisch figuur te lopen, dan zal hij tijdens de remedial teaching ineens met sprongen vooruit gaan.

Informatie en aanmelding

Voor een afspraak of voor meer informatie kunt u uw aanmelding of uw vraag, met uw naam en telefoonnummer, inspreken op de voicemail van euritmitherapeut Johannes Treuren: 0575 - 776057.

Hij neemt dan zo spoedig mogelijk contact met u op.

Verloop van de behandeling

Tijdens de eerste bijeenkomst vragen we u om de klacht of het probleem zo duidelijk mogelijk te omschrijven. Daarna stellen we een behandelplan op, waaraan u als ouder een belangrijke bijdrage kunt leveren: naast de wekelijkse oefensessies is het namelijk belangrijk om ook thuis dagelijks te oefenen. Om die reden bent u in principe altijd bij de therapie aanwezig, zodat zowel de oefeningen zélf als het doel van het oefenproces voor u duidelijk is.

Kosten en verzekering

Het tarief voor euritmitherapie is € 36,- (tarief 2012) per sessie van een half uur. Als u aanvullend verzekerd bent, kunt u ervan uitgaan dat u verzekerd bent voor euritmitherapie. Op de website (www.euritmitherapiederozenhof.nl) van Johannes Treuren vindt u onder 'vergoeding' een overzicht van de aanvullende vergoedingen van alle zorgverzekeraars in Nederland en kunt u zien welk budget u te besteden heeft.

Diagnostisch Rondje

Met Anne Rijke (pedagoog en GZ-psycholoog) en Nicole Nolet (fysiotherapeute) werkt Johannes Treuren intensief samen rond vragen en zorgen van ouders over hun opgroeiende kind. Die samenwerking krijgt vooral gestalte in het Diagnostisch Rondje, waarin we van verschillende kanten naar de constitutie en/of aanleg van het kind kijken. Het komt regelmatig voor dat tijdens de euritmitherapie blijkt dat het voor het kind goed zou zijn om in het Diagnostisch Rondje gezien te worden. Wanneer dat aan de orde lijkt, zal Johannes Treuren een aanmelding voor het Diagnostisch Rondje voorstellen.

Constipatie

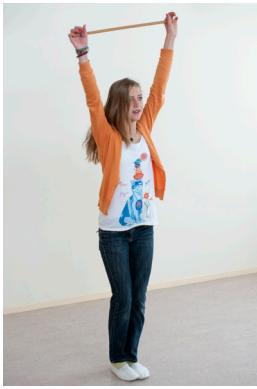
Als baby sliep onze zoon slecht, huilde hij veel en had hij veel last van buikkrampen. Hij had eenmaal per week ontlasting, ook nadat hij van borstvoeding overging op groente, fruit en brood. Hij trok zich dan terug in een hoekje en poepte dan met veel gesteun en gekreun, omdat de ontlasting erg hard was. Met vier jaar deed hij de plasjes op het toilet, maar de ontlasting bleef een lastig en pijnlijk verhaal. We hebben hem vezelrijke producten en speciale poedertjes en drankjes gegeven om de ontlasting zachter te maken. Ook lieten we hem voldoende drinken, maar niets hielp. Op school had hij elke dag remsporen in zijn onderbroek, wat soms vreselijk stonk. Toen hij vijf jaar was schreef de huisarts een laxermiddel voor en hij verwees ons door naar euritmitherapie. In eerste instantie waren we wat sceptisch: eerdere therapie had geen resultaat gehad en wat was dat voor therapie? Na het intakegesprek gingen we aan de slag met leuke en speelse oefeningen. Thuis oefenden we braaf, maar na drie weken zag onze zoon de oefeningen meer als een dolletje. Met de euritmitherapeut maakten we toen een plan om hem de oefeningen beter te laten uitvoeren. Die aanpak had succes: na circa acht weken kwam zijn ontlasting op gang. Hij poept nu ongeveer drie maal per week zonder buikpijn op het toilet. Zijn ontlasting is niet meer keihard en hij heeft geen remsporen meer in zijn onderbroek. Deze vorm van therapie heeft dus uitstekend gewerkt! Inmiddels zijn we gestopt met de therapie en hebben we de oefeningen thuis langzaam afgebouwd.



Eczeem en weerbaarheid

Onze dochter is een heel open meisje van negen jaar, dat sinds haar geboorte last heeft van jeukend eczeem. In de wieg had ze handschoentjes aan, maar als ze de kans kreeg krabde ze haar huid kapot. De hormoonzalf die ze voorgeschreven kreeg hielp van tijd tot tijd, maar de jeuk ging nooit echt weg. Ze sliep ook onrustig, was constant aan het bewegen en veel aan het krabben. Haar onderarmen en onderbenen zaten voortdurend onder de wondjes en bloederige korsten.

De huisarts adviseerde toen om euritmitherapie te proberen. In twaalf sessies heeft onze dochter een aantal oefeningen geleerd die haar moeten helpen om van de jeuk en eczeem af te komen en weerbaarder te worden. Deze oefeningen werden tijdens de sessies langzaam opgebouwd. Thuis oefende ze elke avond en ze kreeg er steeds meer lol in. Zeker in de oefeningen met de stok die ze met papa kon doen. Langzaam merkten we dat onze dochter steeds rustiger sliep en (bijna) niet meer krabde! Ze is niet van het eczeem af. Maar door deze therapie zijn de verschijnselen wel bijna verdwenen. Ze moet de oefeningen nog een tijdje volhouden om de resultaten te laten beklijven en mogelijk nog te versterken. Door de euritmitherapie kan ze zich nu beter afsluiten voor alle indrukken en heeft ze het gevoel gekregen dat haar huid een begrenzing is waar binnen ze zich geborgen kan voelen. En daar gaat het om: dat ons kind gelukkig is met en in haar lichaam.



Slapen als de beste

Ik kon vroeger nooit goed slapen. We hebben van alles geprobeerd, maar ik kwam altijd moe aan op school. Mijn juf zag dat en heeft toen voorgesteld dat ik op euritmitherapie zou gaan om daar van af te komen. Ik kreeg oefeningen die ik elke avond moest doen. Ze waren niet altijd even leuk maar ze hielpen wel. Daarna was ik moe en relaxt. Ik ben nu twaalf jaar en ik slaap het beste van iedereen bij mij thuis.

Brutaal en moeilijk gedrag

Mijn zoon is buitengewoon gevoelig. Hij neemt alles wat er om hem heen gebeurt waar en daar kan hij zich heel moeilijk voor afsluiten. Toen hij zeven jaar was, was hij op school vaak moeilijk en brutaal, of juist erg dromerig en afwezig. In de euritmitherapie heeft hij een gestrekt gebaar moeten oefenen. Daar had hij grote moeite mee. Hij maakte de hoek steeds veel te groot of met te slappe armen. Ook vond hij het moeilijk om bij afwisselende gebaren weer naar het goede gebaar terug te keren. Precies waar hij psychisch gezien ook last van had: het onvermogen om zichzelf in de wisselende dynamiek van een schoolklas op een gezonde manier te handhaven. Na dagelijks oefenen werd zichtbaar dat het bezig zijn met het gestrekt gebaar hem leerde de psychische kwaliteit van dat gebaar in zichzelf terug te vinden.

Ik heb de euritmitherapie leren kennen als een subtiele manier om een wezenlijke ontwikkeling teweeg te brengen. De vaardigheid die mijn zoon leerde, heeft hij zich zo eigengemaakt, dat hij die niet zomaar meer kan verliezen. Het mooie van deze therapievorm vind ik, dat het mijn kind aanspoorde om van binnenuit aan zijn ontwikkeling te werken.



Indicaties voor euritmitherapie behandeling

- eet- en slaapstoornissen, angst, buik- en hoofdpijn
- spanningsklachten, zenuwtrekjes
- lusteloosheid, gebrek aan weerbaarheid (gepest worden)
- vaak verkouden of snotterig, oorproblemen
- astma en allergieën, eczeem
- bedplassen, stotteren, constipatie
- orthodontie, ondersteuning van gebitsregulatie
- oogafwijkingen en slechtziendheid



'Ijlbelevingen' en eczeem

Onze zevenjarige dochter heeft al sinds haar tweede jaar regelmatig 'ijlbelevingen', ook als ze geen koorts heeft. Toen ze nog heel jong was, werd ze huilend wakker. Als we dan naar haar toe gingen, dook ze weg en duurde het een hele tijd voor we contact met haar konden maken. Toen ze ouder werd zocht ze wel onze bescherming en nabijheid op, maar durfde ze niet naar ons te kijken. Het was telkens een nare ervaring voor haar. Op een gegeven moment adviseerde de huisarts om euritmitherapie te gaan doen. Bij het kennismakingsgesprek hadden we meteen een goed gevoel: ons kind werd echt gezien. Tijdens de sessies moest onze dochter verschillende vijfsterren lopen en andere oefeningen doen, waarbij ze zich moest inspannen om haar bewegingen bewust en geconcentreerd uit te voeren. We merkten dat de oefeningen hun werk deden: ze ijelde bijna niet meer en als het gebeurde was het snel weer voorbij.

Vorige zomer kreeg ze eczeem in haar knieholtes en aan de binnenkant van haar ellebogen. In overleg met onze huisarts hebben we weer euritmitherapie aangevraagd. Tijdens de behandeling werden oude oefeningen herhaald en nieuwe geïntroduceerd, zoals het laten vallen van een stok achter de rug die ze moest opvangen. Het kostte onze dochter zichtbaar grote moeite om zich langere tijd op de oefeningen te concentreren. Na verloop van tijd werd het eczeem gelukkig minder, om uiteindelijk helemaal te verdwijnen.



Buikpijn en weerbaarheid



We hebben onze elfjarige zoon voor euritmitherapie aangemeld, omdat hij kampte met buikklachten. Tijdens ritmische massagebehandelingen had de fysiotherapeut al ontdekt dat hij emoties 'vastzet' in zijn lijf en daardoor buikpijn krijgt. Het doel van de euritmitherapie was om hem te leren beter bij zichzelf te blijven en invloeden van buiten minder gemakkelijk binnen te laten komen. Als neveneffect hoopten we dat zijn concentratie zou verbeteren, vooral tijdens taakjes thuis en in de klas. Bijzonder was dat onze zoon zich tijdens de euritmitherapie goed kon concentreren en aandachtig de oefeningen deed. Thuis probeerden wij elke doordeweekse avond te oefenen. Hoewel euritmie op elfjarige leeftijd eigenlijk 'not-done' is, was dat geen enkel probleem. De oefeningen met stokken vond hij leuk, maar zijn favoriet was de oefening waarbij krachtig gesproken moest worden met bepaalde gebaren erbij. Na twaalf bijeenkomsten concludeert hij zelf: 'Ik kan nu beter nadenken en wordt minder snel afgeleid.' De een-op-een begeleiding door de therapeut en de stokoefeningen die associaties oproepen met riddergevechten hebben daar zeker bij geholpen. Officiële testen op school tonen aan dat hij vooruit is gegaan op het gebied van taal (spelling, schrijven, technisch en begrijpend lezen) en rekenen (cijferen, breuken en inzicht). Op spannende momenten heeft hij af en toe nog buikklachten, maar meestal herkent hij die situaties nu, waardoor de pijn beter te verdragen is en sneller overgaat.