

Hoe sensorische integratieproblemen het gedrag kunnen beïnvloeden

Een kwestie van gevoel

Een van de dingen op het speciaal onderwijs waar Nick de meeste moeite mee had was – wonderlijk genoeg – het feit dat hij na het gymmen moest douchen. Hij vond het gewoon verschrikkelijk en probeerde er steevast onderuit te komen. Op de dagen dat hij moest gymmen, kreeg ik, zijn moeder, hem slechts met de grootste moeite naar school. Het was absoluut geen aanstellerij en ook geen ongehoorzaamheid, maar wat het dan wél kon zijn? Mijn man en ik hadden echt geen flauw idee, en op school had men er ook geen verklaring voor.

Iedere keer legde de juf Nick maar weer uit dat het een van de regels op school was dat er na het gymmen werd gedoucht. Maar het kwam niet over. Ook een 'stappenplan' (eerst alleen met de armen onder de straal, daarna ook de benen, en zo steeds verder om het douchen langzaam op te bouwen) had geen effect. Het douchen was en bleef een probleem. Thuis was dat overigens veel minder het geval, omdat ik Nick vaak even snel afspoelde met de doucheslang. Ook ging hij regelmatig in bad; het liefst zat hij onder de volle straal als het water in het bad liep. Hij kon zich uren vermaken in het warme water met het badschuim, de badeendjes en de andere speelgoedjes. Vaak was het dan juist een probleem om hem er weer uit te krijgen.

Droog haar

Het jaar daarop raakte het douche-probleem wat op de achtergrond. De juf die Nick toen had, deed net alsof ze niet in de gaten had dat zijn haar na het douchen nog droog was. Maar weer een jaar later, met een verse leerkracht die zijn autoriteit wilde laten gelden, laaide het weer in volle hevigheid op. Tijdens een gesprek op school met deze meester kwamen naast het douchen ook nog een aantal andere zaken ter sprake, zoals het moeizame handschrift en de motorische achterstand van Nick. We vertelden dat Nick er fysiotherapie voor had gehad, maar dat we er al snel mee gestopt waren omdat het niet klikte tussen hem en de fysiotherapeute. De meester attendeerde

ons op het feit dat er ook een fysiotherapeute op school werkte en stelde voor om het daar nog eens te proberen. Nick kreeg echter geen 'gewone' fysiotherapie, maar sensorische integratietherapie. Toevallig was ik de term 'sensorische integratie' net een paar weken eerder tegengekomen op een website over het syndroom van Gilles de la Tourette. In het betreffende artikel stond dat veel mensen met Tourette overgevoelig (hypersensitief) zijn voor geuren,

Nick droeg zelfs 's winters nog een T-shirt met korte mouwen

geluiden, aanrakingen of voor warmte en kou, en deze prikkels proberen te vermijden. Daarnaast kunnen ze ook ondergevoelig (hyposensitief) voor prikkels zijn en dan zoeken ze deze juist op. Ik herkende er wel iets van in Nick: hij reageerde vaak overgevoelig op harde geluiden, droeg zelfs 's winters nog een T-shirt met korte mouwen, liep als klein kind het liefst op blote voeten, klaagde wel eens over kledingmerkjies en kon nogal kleinzerig zijn. Volgens het artikel was behandeling van deze disfunctie mogelijk en ook noodzakelijk, maar de neuroloog wist niemand die Nick hierbij zou kunnen begeleiden. Zelf vroegen we ons af of het eigenlijk wel nodig was; zoveel last had hij er toch niet van?

Maar toen we de informatiemap van de fysiotherapeute lazen over sensorische integratie en de problemen die hierdoor kunnen ontstaan, kregen we in de gaten dat we de impact van deze problemen op Nick zwaar hadden onderschat. Een sensorische integratiestoornis is een lichamelijk probleem, dat veel verder gaat dan de motoriek. Het zenuwstelsel geeft het kind niet de juiste zintuiglijke informatie (en dat geldt niet alleen voor de 'gewone' zintuigen, die te maken hebben met het zien, horen, ruiken, voelen en proeven, maar ook voor de interne zintuigen, die te maken hebben met het voelen van aanraking, evenwicht



en beweging). Het kind is zich hier niet van bewust en heeft er ook geen invloed op. Vaak wordt gedacht dat de omgeving prikkelarm moet zijn voor kinderen met gedrags- en concentratiestoornissen, maar dat is niet altijd de oplossing: een kind kan ook *ondergevoelig* zijn voor bepaalde prikkels, en dan heeft hij die prikkels juist nodig.

Afschuwelijk gevoel

Onze zoon bleek vooral overgevoelig te zijn voor tactiele prikkels (aanraking) en ondergevoelig voor vestibulaire prikkels (evenwicht). Nu snapten we waarom hij vaak zo onrustig op zijn stoel zat en

waarom hij zo dol was op heftig slingerende, schommelende en ronddraaiende attracties in speeltuinen en pretparken. Nu begrepen we opeens waarom hij mensen nooit een hand wilde geven, waarom hij een hekel aan kietelen had en waarom je hem met een stevige rug- of voetmassage juist wel een groot plezier deed. Nu begrepen we ook waarom hij zijn kamer had uitgeroepen tot 'deodorantvrije kamer' en waarom hij bepaalde dingen niet wilde eten, zoals rijst, mandarijntjes (brr, die velletjes!) en appelmoes met stukjes. En nu begrepen we ook eindelijk waarom Nick douchen zo verschrikkelijk vond: door zijn hypersensitiviteit voor tastprikkels gaven die fijne straaltjes water hem een afschuwelijk gevoel.

Nick heeft bijna een jaar lang therapie gehad op school. Vooral in het begin had hij er veel plezier in. Hij moest grote, stevige bewegingen maken, zoals een grote fysiotherapiebal afwerpen, op een mat over de vloer van het gymzaaltje schuiven en heel snel in een hangmat ronddraaien. Ik mocht een paar keer komen kijken en de hangmat draaide zo snel rond dat ik er bijna misselijk van werd – maar ik zag duidelijk hoe Nick ervan genoot. Maar het mooiste was nog dat hij – dankzij het 'veto' van de fysiotherapeute – niet meer hoefde te douchen op school. Je kunt je niet voorstellen hoe opgelucht hij zich voelde; er viel een enorme last van zijn schouders. Toen werd ons pas duidelijk hoe hij onder deze situatie had geleden. Voor thuis kregen we de tip om een washandje over de douchekop heen te doen, zodat er geen fijne straaltjes meer uit kwamen, maar een dikke straal. En het werkte! Het was niet zo dat hij douchen nu opeens fijn ging vinden, maar zijn weerzin ertegen nam duidelijk af.

Eyeopener

Ook al wordt er verschillend gedacht over sensorische integratietherapie omdat het effect vanuit de wetenschap niet bewezen zou zijn, Nick heeft er veel aan gehad. En

hij is niet de enige: de informatiemap van de fysiotherapeute en haar duidelijke tips waren voor mij een echte eyeopener. Het feit dat ik de problemen van Nick veel beter leerde te begrijpen, was minstens zo belangrijk als het effect van de therapie zelf. Want het is enorm frustrerend voor een kind als er in zijn omgeving geen begrip voor deze problemen is, om steeds weer te horen: 'Stel je niet zo aan!', als hij protesteert tegen het nagelknippen, of: 'Doe toch eens normaal!', als hij constant zit te wiebelen op zijn stoel (en ook al zeg je niets, hij voelt je ergenis maar al te goed). Het kind leert dan dat hij blijkbaar niet op zijn eigen gevoel kan vertrouwen en krijgt een negatief zelfbeeld. Zo wordt – vaak onbewust – de kiem gelegd voor emotionele, sociale en gedragsproblemen. Sleutelwoorden om met het kind om te gaan zijn begrip, inlevingsvermogen en

Die fijne straaltjes water gaven hem een afschuwelijk gevoel

flexibiliteit. Als je eenmaal weet dat er een logische verklaring voor zijn gedrag is en je er ook rekening mee gaat houden, komt dat niet alleen ten goede aan zijn zelfbeeld, maar ook aan de onderlinge verstandhouding. Laat het kind zelf aangeven wat hij wel en niet prettig vindt en bedenk samen oplossingen. Als hij er veel last van heeft, zoek dan professionele hulp bij een gespecialiseerde fysiotherapeut, ergotherapeut of logopedist. Hoe jonger het kind is, des te flexibeler zijn zenuwstelsel is en des te kleiner de kans is op emotionele, sociale en gedragsproblemen. ■

Meer informatie:

Wij hebben veel gehad aan het boek *Uit de pas* door Carol Stock Kranowitz (Uitgeverij Nieuwezijds).

