

Interactief psycho-educatie programma voor kinderen

# Ook de voordelen van AD(H)D leren zien'

Kinderen met AD(H)D vinden psycho-educatie vaak saai. Groepsleiders Afra Jongmans en Kelly van Meel van Karakter bedachten iets anders: een interactief programma met bekende Nederlanders. "Het trekt meteen de aandacht van kinderen."

Afra Jongmans ontdekte tijdens haar studie HBO-V dat de combinatie psychiatrie en kinderen erg leuk vond. Kelly van Meel volgde de opleiding Sociaal Pedagogisch Hulpverlening. Beiden werken inmiddels vijf jaar bij Karakter, waarvan de laatste drie jaar als groepsleider bij groep Asterix voor kinderen van 8 tot 12 jaar. Kelly: "Deze groep bestaat uit acht kinderen die vanwege hun psychiatrische problematiek zijn opgenomen. Alle kinderen hebben al een langdurig zorgtraject achter de rug als ze hier komen. De eerste twee maanden vindt een combinatie van observatie, diagnostiek en behandeling plaats, daarna volgt nog een behandelperiode als dat noodzakelijk is. De kinderen verblijven hier gemiddeld zes maanden en krijgen overdag speciaal onderwijs cluster 4 op het terrein."

## Laag zelfbeeld

"Een kind op groep Asterix bracht ons op het idee van een computerprogramma. Hij vond de huidige wijze van psycho-educatie erg saai en had moeite met de leesopdrachten", vertelt Afra. "Er zit namelijk weinig prikkelends of uitdagends in, en de meeste kinderen hebben hulp nodig bij het lezen van de tekst en het maken van de opdrachten. Ze werken met de methode omdat het moet, niet omdat ze het leuk vinden", vult Kelly aan. "We hebben eerst de ervaringen met het IK-boek (huidig psycho-educatiemiddel) op een rij gezet en zijn daarna gaan nadenken over een nieuwe opzet. Na een dag brainstormen hadden we het concept bedacht.

Ze licht toe: "Kinderen met ADHD die bij Karakter komen, hebben meestal een laag zelfbeeld. Ze worden vaak gecorrigeerd en horen aldoor dat ze slecht luisteren en heel druk zijn", vertelt Kelly. "Bij de meeste kinderen ontstaat het beeld: ik heb ADHD en doe alles verkeerd. Binnen Karakter werken we competentiegericht en spreken de kinderen aan op een positieve manier en kijken daarbij naar de mogelijkheden." Afra gaat verder: "Kinderen met AD(H)D zijn vaak creatieve mensen die over veel energie beschikken. We willen met het psycho-educatie programma onder meer laten zien dat AD(H)D ook positieve kanten heeft. Om het programma aantrekkelijk te maken, wilden we bepaalde mensen als voorbeeld voor kinderen hebben. En al snel kwamen we uit bij een aantal bekende Nederlanders. Zo stelden we een lijst samen van

ongeveer 20 BN'ers, die we vervolgens benaderd hebben. De meesten van hen gingen niet in op ons verzoek, omdat hun naam al verbonden was aan een goed doel". Afra: "Uiteindelijk hebben we drie bekende Nederlanders, onder wie Jochem van Gelder en Ron Boszhard, bereid gevonden om met ons samen te werken. Zij spelen een rol in het introductiefilmpje en vragen zich af of ADHD wel of niet leuk is". Kelly: "Dit filmpje zorgt voor een flitsende start en trekt meteen de aandacht van de kinderen. Aan het eind van het introfilmpje komen de BN'ers tot de conclusie dat zij eigenlijk niet weten hoe het is om AD(H)D te hebben. Dan start het programma".

## Buddy

Voordat het programma begint, kiezen de kinderen een 'buddy' die alle tekst voorleest en ze door het programma heen loodst. Er wordt gezegd dat er geen foute antwoorden zijn. Na het introductiefilmpje komen twee bekende Nederlanders met ADHD aan het woord. Kelly: "We houden hun namen nog even geheim,

## 'AD(H)D, daar kan ik zoveel mee'

### De DVD bestaat uit drie fases:

**Fase 1:** een introductiefilm met bekende Nederlanders. Casussen en filmpjes over kinderen met AD(H)D, zodat kinderen hun AD(H)D-problematiek herkennen en erkennen. In deze fase staat de feitelijke informatie centraal.

**Fase 2:** de insteek van het programma is competentiegericht en laat zien dat AD(H)D ook positieve invloed kan hebben op je werk en je leven. Bekende Nederlanders en vier mensen met AD(H)D vertellen dat ze ook

voordeel hebben van AD(H)D. Ook zijn er open vragen waarin kinderen vanuit een positief kader kijken naar hun stornis. In deze fase staat het op een competentiegerichte wijze kijken naar AD(H)D centraal.

**Fase 3:** diverse verhaaltjes met vragen, waardoor kinderen over zichzelf gaan nadenken: Wat voor kind met AD(H)D ben ik zelf? Welke kenmerken, emoties en gevoelens horen bij mij? Hierna volgt de outro. Daarin concluderen de 3 BN'ers dat het soms lastig is om AD(H)D te hebben, maar dat je het ook kunt gebruiken.



**Kelly van Meel (links) en Afra Jongmans: "Kinderen met AD(H)D zijn vaak creatieve mensen die over veel energie beschikken."**

maar we kunnen wel zeggen dat het om een sportman en een zanger/musicalster gaat. De zanger vertelt over zijn problemen vroeger op school, maar ook over leuke dingen die hij meemaakte. Bovendien geeft hij aan dat hij profijt heeft van ADHD bij zijn werk". Afra: "Hierna vertellen vier mensen met ADHD over hun werk als fotograaf, drummer, kunstschilder en groepsleider. Zij noemen steeds een ander kenmerk van AD(H)D, om duidelijk te maken dat AD(H)D per persoon kan verschillen. Als ondersteuning bij de vragen beschikt het programma over knoppen waarmee de kinderen terug kunnen naar de tekst over de verschillen tussen ADHD en ADD".

"Bij de filmpjes met gesloten vragen kunnen kinderen antwoorden aanklikken, maar is er ook de mogelijkheid om zelf een antwoord te bedenken", vertelt Afra. "De open vragen dwingen om na te denken over jezelf. Na elke actie van het kind komt een positieve reactie van de computer. Ouders en begeleiders kunnen de ingevulde antwoorden uitprinten en nagaan wat het kind goed kan en lastig vindt en dat met hem of haar bespreken." Kelly vervolgt: "Zo was er een jongen uit onze groep die het programma per se nog een keer wilde doen. Uit zijn antwoorden bleek dat hij verdrietig was over

zijn ADHD, terwijl wij dat niet wisten. Als begeleider ga je daar op door en vraag je hoe dat komt".

Het derde deel van het programma gaat over emoties en gevoelens. Kelly: "We hebben cases gekozen die aansluiten op de belevingswereld van de kinderen en deze gaan over situaties in de klas, op straat, buitenspelen, voetbal, enzovoort. De verhaaltjes hebben we geschreven in eenvoudige, begrijpelijke taal rondom de

**'Uit zijn antwoorden bleek dat hij verdrietig was over zijn ADHD'**

kenmerken van hyperactiviteit, impulsiviteit en concentratieproblemen. Als de kinderen het hele programma doorlopen hebben, verschijnen er drie bekende Nederlanders. Zij komen tot de conclusie: Als je AD(H)D hebt is dat soms lastig, maar je kunt AD(H)D ook gebruiken. Kinderen leren de voordelen van AD(H)D zien".

### **Autisme**

"Zowel het concept als de uitvoering van het programma hebben we zelf bedacht. Bovendien hebben we alle teksten, cases

en opdrachten zelf geschreven. Om er zeker van te zijn dat alle kenmerken van AD(H)D zoveel mogelijk terugkomen in het programma, hebben we de inhoud afgestemd met diverse kinder- en jeugdpsychiaters, onder andere hoogleeraar prof. dr. Rutger-Jan van der Gaag, die aan Karakter verbonden is", aldus Afra. "Het programma is bedoeld voor kinderen van 8 tot 12 jaar met AD(H)D en kan thuis, op school (bijvoorbeeld in het speciaal onderwijs) en in instellingen worden gebruikt. Het programma duurt ongeveer anderhalf uur. We raden aan om een half uur per week met het programma te werken, zodat de informatie kan bezinken." Als het aan Afra en Kelly ligt komt er snel een vervolgpriogramma. "We hebben een volgend programma op stapel liggen voor kinderen met AD(H)D van 6 tot 8 jaar. Het is een kwestie van de financiering rond krijgen. Het zou helemaal fantastisch zijn als we ook voor andere stoornissen zoals autisme een programma kunnen ontwikkelen." ■

Het psycho-educatieprogramma 'AD(H)D, daar kan ik zoveel mee' is begin volgend jaar te koop. Voor informatie kunt u terecht bij [info@karakter.com](mailto:info@karakter.com)

