



INFOFICHE VERSTANDELIJKE BEPERKING

→ **Mogelijkheden**

Het is belangrijk om voor kinderen en jongeren met een verstandelijke beperking uitdagende situaties te ontwikkelen. Zo stimuleren we ze om verder te ontwikkelen. Essentieel daarbij is het vermogen te kunnen denken in de mogelijkheden. Dit is veel belangrijker dan te denken in belemmeringen of onmogelijkheden. Wat je moeilijk vindt is te leren, wat je echt niet kunt moet je accepteren. Voor specifieke of bijkomende vaardigheden kan een extra behandeling of stimulans hulp bieden. Denk maar aan logopedie (spraak), ergotherapie (motoriek) of psychologische ondersteuning (opvoedingsproblemen).

→ **Vertraagde ontwikkeling**

Bij kinderen en jongeren met een verstandelijke beperking kost het meer tijd en energie om vaardigheden en kennis te verwerven en eigen te maken. Vandaar dat ze spreken over een vertraagde ontwikkeling. Ook in de sociaal-emotionele ontwikkeling kan een kind met een verstandelijke beperking achterstand oplopen.

→ **Gehechtheid**

Gehechtheid is het biologisch gegeven dat kinderen geneigd zijn om de nabijheid van een specifiek persoon op te zoeken in situaties van stress. Op basis daarvan ontwikkelen kinderen hechtingsrelaties. Een veilige hechtingsrelatie is een beschermende

factor voor een gezonde psychische ontwikkeling. Bij kinderen en jongeren met een verstandelijke beperking is die veilige hechtingsrelatie vaak afwezig. Er is met andere woorden een verhoogd risico op een onveilige hechting of zelfs kans op een hechtingsstoornis. Dat kan dus een invloed hebben op de verdere psychische ontwikkeling. Er kan een verhoogd risico ontstaan op het ontwikkelen van emotionele uitdagingen of gedragsstoornissen. Ook persoonlijkheidsstoornissen zoals borderline komen vaak voor bij onveilig gehechte kinderen.

SYNDROOM VAN DOWN

De bekendste vorm van een verstandelijke beperking is het Syndroom van Down. Dat is een aangeboren afwijking die gepaard gaat met een verstandelijke beperking, typerende uitwendige kenmerken en bepaalde medische uitdagingen. Soms wordt ervan uitgegaan dat de mentale leeftijd van een persoon met het

Syndroom van Down gemiddeld acht jaar bedraagt, maar dat verschilt van individu tot individu. Sommigen zullen op latere leeftijd bijna normaal kunnen functioneren in de maatschappij, anderen zullen permanente begeleiding nodig hebben.

WHAT'S IN A NAME?

Een verstandelijke beperking is een ontwikkelingsstoornis (probleem ontstaat voor 22 jaar). De verstandelijke vermogens ontwikkelen zich niet met normale snelheid en meestal nooit een gemiddeld niveau zullen bereiken. Door verstandelijke tekorten ontstaan moeilijkheden om volledig te functioneren in vergelijking met leeftijdsgenoten. De term verwijst dus naar een functioneringsprobleem gekenmerkt door beperkingen in zowel het intellectuele functioneren

als in het adaptieve gedrag (gedrag aanpasbaar aan de situatie). Dit komt vaak tot uitdrukking in sociale, conceptuele en praktische vaardigheden. Vaak is ondersteuning nodig bij het uitvoeren van en deelnemen aan activiteiten

Afhankelijk van het IQ (intellectuele vermogen) van kinderen wordt gesproken over een licht verstandelijke beperking, matig verstandelijke beperking, ernstig verstandelijke beperking en diep verstandelijke be-

perking. Er zijn verschillende oorzaken voor een verstandelijke beperking. Enkele oorzaken zijn erfelijkheid, trauma's, niet-aangeboren hersenletsel (NAH), aangeboren hersenletsel ... Bij sommigen valt de precieze oorzaak moeilijk te achterhalen. Meest voorkomend is een zuurstoftekort tijdens of na de geboorte. Ook door bepaalde ziektes zoals meningitis kan een kind een verstandelijke beperking krijgen.

TIPS & TRICKS

→ *Behandel het kind als een gelijke*

Een kind of een jongere met een verstandelijke beperking is in de eerste plaats een kind net als alle andere. Over het algemeen zijn er geen speciale regels of uitzonderingen nodig. Andere kinderen informeer je enkel als dat nodig is. Let vooral op dat je niet in de valkuil trapt van het “anders behandelen”. Ga bijvoorbeeld geen extra punten (onbewust) toekennen aan de groep waarin het kind met een beperking zit.

→ *Bied voldoende autonomie*

Kinderen en jongeren met een verstandelijke beperking kunnen meestal goed hun plan trekken. Ook zij willen graag autonoom handelen. Vraag bij de ouders na wat de kinderen zelf kunnen en waarbij hulp nodig is. Vaak hebben ze nood aan “activering” en “toezicht”. Activering is een herinnering aan dingen, bijvoorbeeld naar het toilet gaan. Toezicht en controle is bijvoorbeeld na een toiletbezoek nagaan of het kind zich wel degelijk terug heeft aangekleed.

→ *Durf grenzen stellen*

Kinderen en jongeren met een verstandelijke beperking vragen heel wat inzet, engagement en geduld. Ze kunnen soms erg afhankelijk zijn omdat ze jou beschouwen als vertrouwenspersoon. Durf daarin duidelijke grenzen aangeven want andere kinderen en jongeren vinden dat misschien niet zo fijn. Blijf daarbij wel rekening houden met wat de kinderen belangrijk vinden. Verlies de groep niet uit het oog en heb aandacht voor iedereen.

→ *Pas je spelen aan*

Voorzie binnen je activiteiten ook opdrachten waarvoor geen schoolse kennis nodig is of waarbij ze niet steeds moeten denken. Die kinderen houden van gemakkelijke en korte doe-opdrachten. Probeer verder het aantal spelregels beperkt te houden en pas regels of uitleg steeds toe op een kind. Leg alles geleidelijk aan uit en verander de regels niet te plots of te vlug. Te veel competitie spelen kan je beter vermijden. In sommige gevallen zullen de andere kinderen niet met het kind met de beperking in de groep willen zitten uit schrik om te verliezen. Het resultaat kan zijn dat kind of de jongere in kwestie zich niet welkom of uitgesloten gaat voelen

→ *Veilige omgeving*

Zorg dat een kind met een beperking zich veilig voelt. Een vertrouwenspersoon kan daarvoor de ideale oplossing zijn. Het is iemand om op terug te vallen, een herkenningspunt. Heb ook oog voor pestgedrag. Kinderen en jongeren met een verstandelijke beperking zijn voor pestkoppen een gemakkelijk slachtoffer

→ *Zorg voor duidelijke communicatie*

Maak je taal niet te moeilijk, gebruik geen al te moeilijke woorden maar concrete woorden en korte zinnen. Vermijd ook dubbelzinnige woorden.

BRONNEN EN NUTTIGE INFO

De handicap vormingsmap is online gratis te downloaden. Het is een handig instrument waarin veel tips en spelen te vinden zijn. www.demos.be

Via de spelensite kan je heel wat tips en spelen vinden om met kinderen met een beperking om te gaan. Er is ook een filmpje te vinden over kinderen met een beperking en de hoe de leiding, ouders en andere kinderen daarmee omgaan. www.spelensite.be

Dito is een vereniging van en voor personen met een handicap en hun netwerk. Dito informeert, sensibiliseert en zet haar stempel op een participatief beleid. Dito verrast graag met een veelzijdig vrijetijdsaanbod en met innovatieve projecten.

www.ditovzw.be