

Hooggeëerd publiek!

"Kunnen de 7 PMT thema's bijdragen aan het social circus, uitgevoerd in het speciale basisonderwijs met kinderen met een negatief zelfbeeld?"

Naam:	Irene Enoch
Begeleiden:	Martin v/d Blink
Beoordeelaar:	Maurits Lijting
School:	Wijdesheim, Calo, Bewegingsagogie en Psychomotorische therapie
Datum:	16-01-2012

Voorwoord

Voor u ligt mijn afstudeeropdracht die ik heb geschreven in het kader van mijn afstuderen aan de opleiding Psychomotorische Therapie en Bewegingsagogie (PMT-BA) aan de Hogeschool Windesheim, afdeling School of Human Movements en Sports.

Mijn afstudeeropdracht gaat over het *social circus*, een circusproject dat ik heb uitgevoerd tijdens mijn eindstage op de Elimschool in Rijssen met kinderen met een negatief zelfbeeld. Ik heb een jaar lang op deze basisschool voor speciaal onderwijs psychomotorische therapie (PMT) mogen aanbieden aan kinderen met uiteenlopende problematiek. Ik heb dit met heel veel plezier gedaan en ik merkte dat ik nog wat meer uit mijn stage wilde halen. Dit heb ik kunnen doen door het organiseren van het social circus project, dat heeft plaatsgevonden in mei 2011.

Tijdens dit project heb ik met eigen ogen kunnen zien hoeveel de kinderen hebben kunnen leren, ontdekken en ervaren binnen het social circus. Ik heb verlegen kinderen zien opbloeien tot artiesten die met zelfvertrouwen op het podium stonden. Er werd geëxperimenteerd met materialen, kinderen hielpen elkaar bij activiteiten en moedigden elkaar aan tijdens het oefenen. Ik heb mogen ontdekken wat het social circus kan bijdragen aan de ontwikkeling van kinderen met een negatief zelfbeeld en dat heeft veel indruk op mij gemaakt.

Ik wil alle kinderen die hebben deelgenomen aan dit project bedanken voor hun inzet. Het was niet altijd even gemakkelijk voor ze maar uiteindelijk heeft iedereen op het podium kunnen schitteren voor alle juffen, meesters, ouders en klasgenoten. Ook wil ik de Elimschool bedanken dat ze mij de vrijheid en de tijd hebben gegeven om het circusproject op te kunnen zetten.

Daarnaast wil ik mijn scriptiebegeleider Martin v/d Blink en scriptiebeoordelaar Maurits Uijting bedanken voor de hulp tijdens het vormgeven van mijn afstudeeropdracht. Ook wil ik Pauline Fellingier en mijn familie bedanken voor het geven van feedback op mijn scriptie.

Irene Enoch

Den Ham, januari 2012

Inhoudsopgave

Voorwoord.....	
Inhoudsopgave.....	
Samenvatting.....	Blz 1
Inleiding.....	Blz 2
Hoofdstuk 1 Het social circus.....	Blz 3
Hoofdstuk 2 De 7 PMT thema's toegelicht.....	Blz 4
2.1 de inhoud van de 7 thema's.....	Blz 4
Hoofdstuk 3 Het social circus in het basisonderwijs.....	Blz 5
3.1 doelgroepbeschrijving.....	Blz 5
3.2 zelfbeeld.....	Blz 6
3.3 LECS.....	Blz 7
3.4 het biopsychosociaal model.....	Blz 8
3.5 het ontstaan en de gevolgen van een negatief zelfbeeld.....	Blz 8
3.6 kinderen met een negatief zelfbeeld en succeservaringen.....	Blz 9
Hoofdstuk 4 PMT en het social circus.....	Blz 11
4.1 de 7 PMT thema's en het social circus.....	Blz 11
4.2 Hoe kun je de 7 thema's toepassen in het circus?.....	Blz 15
4.3 de meerwaarde van PMT binnen het social circus.....	Blz 17
4.4 therapeutische strategieën, interventies, attitude en training VS therapie.....	Blz 18
Hoofdstuk 5 Conclusie en aanbevelingen en discussie.....	Blz 20
Literatuurlijst.....	Blz 22
Bijlagen.....	Blz 23
bijlage 1 DVD van het social circus, Elimschool, april 2011.....	Blz 24
bijlage 2 Zelfbeeldtest van Kool.....	Blz 25
bijlage 3 Het biopsychosociaal model toegelicht.....	Blz 27
bijlage 4 De bewegingsschema's uitgewerkt.....	Blz 28

Samenvatting

De volgende vraag staat centraal in dit afstudeerproject:

“Kunnen de 7 PMT thema’s bijdragen aan het social circus, uitgevoerd in het speciale basisonderwijs met kinderen met een negatief zelfbeeld?”

Het social circus is inmiddels een steeds bekender wordend begrip waarin al heel veel kinderen over de hele wereld zichzelf hebben kunnen ontwikkelen. Vooral de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen kan positief gestimuleerd worden. Uit literatuur blijkt dat het zelfbeeld van kinderen wordt gevormd door invloeden van buitenaf. In het geval van de kinderen die deelnemen aan het social circus hebben deze negatieve invloeden vaak geleid tot een negatief zelfbeeld. Het circus kan hier zijn bijdrage aan leveren door met een groep deelnemers een circusvoorstelling in elkaar te zetten waarbij het uiteindelijk niet gaat om de voorstelling zelf, maar om de weg die de kinderen er naar toe afleggen.

In deze scriptie wordt onderzocht of PMT hier een bijdrage aan kan leveren. Dit wordt gedaan met behulp van de 7 PMT thema’s. Ook wordt er een koppeling gemaakt tussen de hulpvraag van de deelnemers en de activiteiten die het circus biedt. Door te onderzoeken hoe de PMT het social circus beïnvloedt, wordt er antwoord gegeven op de hoofdvraag.

De conclusie die ik uit dit onderzoek heb kunnen trekken, is dat PMT absoluut een bijdrage kan leveren aan het social circus. Dit kan worden gedaan door de PMT thema’s te koppelen aan de hulpvraag van de cliënt en deze te integreren binnen het social circus d.m.v. circusactiviteiten.



Het publiek wacht af!

Inleiding

De aanleiding voor het doen van een onderzoek rondom het social circus is, dat ik tijdens mijn eindstage op de Elimschool een circusproject heb opgezet en uitgevoerd. Ik heb dit gedaan omdat ik graag wat extra's wilde toevoegen aan mijn stage. Ik wilde wat in de praktijk doen met een gemengde groep kinderen. Zo ontstond in overleg met de school het idee om een circusproject uit te voeren met kinderen van alle leeftijden. Wat de kinderen met elkaar verbond was dat ze volgens hun eigen leerkracht een probleem hadden rondom hun zelfbeeld. Het plan om het social circus uit te voeren op de Elimschool was geboren.

Het social circus is een wereldwijd begrip dat wordt ingezet om de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen positief te stimuleren. Ik ben me tijdens mijn stage gaan verdiepen in het social circus door op het internet en in boeken onderzoek te doen naar de mogelijkheden van dit project. Al snel kwam ik veel bruikbare informatie tegen die mij zou helpen met het praktijkgedeelte. Een stuk minder informatie kon ik vinden over de relatie tussen PMT en het social circus. Dit verraste mij, omdat ik denk dat PMT zeer waardevol kan zijn voor het slagen van het circus. Het social circus hoeft niet per definitie te worden uitgevoerd door een PMT'er en daarom is er denk ik vrij weinig informatie over de combinatie PMT/social circus te vinden. Een PMT'ster die wél veel onderzoek heeft gedaan over de effecten van het social circus bij kwetsbare kinderen, is Monique Hammink. Zij heeft met haar opgedane kennis veel gedaan in verschillende circusprojecten.

Omdat er naar mijn idee een tekort was aan informatie over dit onderwerp was mijn interesse gewekt en wilde ik graag mijn scriptie schrijven over een soortgelijk thema. Mijn onderzoeksvraag is ontstaan door het ontbreken van theoretische informatie over de combinatie PMT en het social circus. De vraagstelling die ik geformuleerd heb voor deze scriptie is:

“Kunnen de 7 PMT thema's bijdragen aan het social circus, uitgevoerd in het speciale basisonderwijs met kinderen met een negatief zelfbeeld?”

Het doel van dit onderzoek is het verduidelijken van de rol van PMT bij het social circus. Ik heb dit toegespitst op de 7 PMT thema's omdat dit de basis is van waaruit wij als PMT'ers werken. Daarbij wil ik ook duidelijk maken hoe je PMT terug kan laten komen in het circus en hoe het circus kan worden vormgegeven. Door deze scriptie te schrijven hoop ik dat PMT'ers die soortgelijke projecten willen uitvoeren een houvast hebben om van hier uit te werken.

Om de hoofdvraag te kunnen beantwoorden ben ik op zoek gegaan naar theorie over het social circus, de doelgroep en de 7 PMT thema's. Hierin heb ik ook mijn eigen ervaringen verwerkt en voorbeelden uit de praktijk gegeven. Deze onderwerpen zijn verwerkt in de eerste drie hoofdstukken van deze scriptie. Vervolgens ben ik me gaan verdiepen in de combinatie tussen PMT en het social circus, waarna ik mijn conclusies trek en de hoofdvraag beantwoord.

De foto's die in deze scriptie verwerkt zijn, zijn genomen tijdens de voorbereiding en de voorstelling van het social circus dat in april 2011 heeft plaats gevonden op de Elimschool.



De acrobatenact

Hoofdstuk 1- Het social circus

'Heel lang geleden was er een Engelse sergeant die zijn kunsten op zijn paard vertoonde in een piste met een tribune er omheen. Later nodigde hij zangers, dansers en clowns uit en vertrok naar Parijs. Het circus was geboren.'

(Het kofschip. (z.d.) .Verkregen op 12 november 2011, van <http://www.het-kofschip.nl/circus/index.html>).

Ruim 240 jaar later kun je overal ter wereld de meest fantastische circusvoorstellingen bekijken met geweldige acrobaten, goochelaars, jongleurs en clowns. Er is heel wat veranderd en dat geldt ook voor het circus. Er bestaat inmiddels ook een circus waarin de jonge, onervaren artiesten hun kunsten kunnen vertonen. Het gaat hierbij niet om de meest spectaculaire trucs maar om de weg die de artiesten moeten afleggen naar de voorstelling toe.

Het social circus is inmiddels een wereldwijd begrip dat verwijst naar het gebruik van circuskunsten met als doel de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen te ondersteunen. Het circus wordt ingezet als instrument om kinderen met uiteenlopende problematiek een positieve ervaring mee te geven. Niet het uiteindelijke optreden is het doel, maar de weg er naar toe is het belangrijkste. *(Bijspringen. (z.d.) Verkregen op 12 november, 2011, van <http://www.bijspringen.nl/programma/5/social-circus>).* Verschillende circusprojecten zijn overal ter wereld uitgevoerd. Zo waren er o.a. projecten in Zuid-Afrika, Australië, Kameroen, Chili, de VS en Brazilië. Inmiddels hebben ook grote organisaties zoals Cirque du Soleil eigen programma's opgezet die afgeleid zijn van het social circus (Cirque du Monde). Deze projecten zijn bijvoorbeeld al gehouden met kansarme jongeren, jongeren in Braziliaanse sloppenwijken en overal ter wereld met kinderen die een handicap hebben. Inmiddels zijn er ook Nederlandse organisaties die eigen projecten hebben opgezet. Voorbeelden hiervan zijn circus Elleboog en Circusschool 'Hannes en Co' die samen met Respo een succesvol circusproject hebben uitgevoerd in Kaapstad (respo international. (2010, November 4). *Succesvolle aftrap van social circus in Kaapstad. Verkregen op 12 november, 2011, van http://www.respo.org/nieuws_en_media/nieuwsbericht*). Het social circus is populair en wordt steeds populairder. Dat is voornamelijk te danken aan alle geweldige en succesvolle projecten die al geweest zijn. Het mooie aan het social circus is dat iedereen mee kan doen. Het maakt niet uit of je ergens heel goed in bent of juist niet. Of je lenig bent of juist altijd aan het stuntelen bent. Het social circus is er voor iedereen en dat maakt het project erg laagdrempelig. Piet Conijn verwoordt in het boek, Hooggeëerd Publiek, de gedachte achter het social circus erg mooi in onderstaand citaat:

"Telkens was er weer een andere school die het circusevenement wilde meemaken. En telkens weer was er een lange periode van oefenen aan vooraf gegaan. Oefenen op school en oefenen thuis. Met ballen, kegels en hoepels. Er werden muziekstukjes ingestudeerd. Kinderen probeerden te lopen als en aap, een beer of een paard. Ze speelden clown op een wijze die iedereen aan het lachen kon brengen. Het was niet alleen een kwestie van motorische handigheid. Het circus maakte andere kinderen. Bedeesde kinderen werden vrij; kinderen van wie men het nooit vermoedde werden acrobaat; slechte schrijvers ontwierpen aanplakbiljetten; rekenaars werden geboren aan de kassa van het circus; geen enkel kind gedroeg zich langer als "onconcentreerd".

Piet Conijn, 1996.

Hoofdstuk 2- De 7 PMT thema's toegelicht

Om de hoofdvraag van deze scriptie *“Kunnen de 7 PMT thema's bijdragen aan het social circus, uitgevoerd in het speciale basisonderwijs met kinderen met een negatief zelfbeeld?”* goed te kunnen beantwoorden is het belangrijk om te weten wat de 7 PMT thema's precies inhouden. In dit hoofdstuk licht ik de 7 thema's toe. In het daarop volgende hoofdstuk ga ik dieper in op de doelgroep waarmee ik gewerkt heb tijdens het social circus.

2.1- De inhoud van de 7 thema's

In de PMT maken we gebruik van 7 thema's die we ook wel “bewegingschema's” noemen. Met behulp van deze thema's kun je bepalen welke PMT-insteek jij geschikt vindt voor je cliënt. Het is dus belangrijk om te weten vanuit welke thema's je kunt werken zodat je hiermee een geschikte therapie kan vormgeven voor je cliënt. De thema's zijn: motorische instrumentele sensibilliteit (M.I.S.), motorische sociale sensibilliteit (M.S.S.), ruimte, kracht, lichaamsbeleving, vertrouwen en relaxatie. In het social circus komen deze 7 PMT thema's voortdurend terug.

In het volgende schema heb ik de 7 bewegingsthema's toegelicht.

(De informatie die in dit schema verwerkt is, is gemaakt door Pauline Fellingner voor het vak BA/PMT van de opleiding (PMT-BA) aan de Hogeschool Windesheim, afdeling School of Human Movements en Sports. Bepaalde delen zijn weggelaten omdat deze minder van toepassing zijn op dit hoofdstuk. Het hele artikel heb ik bijgevoegd in de bijlagen).

M.I.S.	M.I.S. betekent de gevoeligheid van iemand voor het materiële, voor de voorwerpen om hem heen. Mensen die vanwege welke psychopathologie dan ook teveel naar binnen gekeerd zijn, zijn ook minder in contact met hetgeen wat om hen heen is.
M.S.S.	M.S.S. is de gevoeligheid die iemand heeft voor de sociale context om hem heen. Het gaat dan ook om het contact kunnen maken met anderen, kunnen samenwerken en om de afstand / nabijheid die iemand inneemt. Daarnaast gaat het ook om het hanteren van sociale grenzen.
Ruimte	Hierbij gaat het om het innemen van ruimte, het delen van ruimte, het bewegen door de ruimte, het maken van een eigen plek, het opeisen van ruimte etc.
Kracht	Binnen dit thema wordt gewerkt aan het doseren van kracht, of het leveren van kracht, het (durven) inzetten van kracht of juist het bewegen met minder kracht. Overal waarbij teveel, te weinig of te ongecontroleerde kracht wordt gebruikt kan er rondom dit thema worden gewerkt.
Lichaamsbeleving	Het gaat hierbij om wat je aan- en van je lijf kan beleven, voelen, waarnemen en betekenis kan geven tijdens je bewegen en handelen. Het kan gaan over negatieve lichaamsbeleving maar ook over lichaamssignalen. Ook kan het gaan over je eigen lichaam leren kennen en/of het herkennen van emoties.
Vertrouwen	Het gaat hierbij om het vertrouwen in jezelf maar ook in de ander. Het vertrouwen van de cliënt kan teveel zijn, te weinig of zich beperken tot een bepaald gebied.
Relaxatie	Dit thema heeft alles te maken met het wel/niet, meer/minder ontspannen zijn. Het kunnen ontspannen, het weten wanneer spanning/ontspanning goed of slecht voor je is. Ook het toepassen van ontspanningstechnieken en het ervaren van spanning/ontspanning kan centraal staan bij dit thema.

Hoofdstuk 3 - Het social circus in het speciale basisonderwijs

Omdat ik mij in deze scriptie richt op kinderen uit het speciale basisonderwijs met een negatief zelfbeeld, is het belangrijk om deze doelgroep verder toe te lichten. In het volgende hoofdstuk beschrijf ik de doelgroep waarmee ik gewerkt heb tijdens het social circus project op de Elimschool in Rijssen. Verder ga ik dieper in op het thema 'kinderen met een negatief zelfbeeld'. Als laatste licht ik toe waarom juist deze doelgroep zo veel kan leren van het social circus en wat dit te maken heeft met het opdoen van succeservaringen.

3.1- Doelgroepbeschrijving

Tijdens het circusproject heb ik gewerkt met een gemengde groep kinderen. Hiervan zat de jongste bij de kleuters en de oudste al in groep 8. Wat deze kinderen met elkaar verbond was dat ze allemaal volgens hun groepsleerkracht een probleem hadden rondom hun zelfbeeld. Het zelfbeeld van deze kinderen was negatief. Hoe dit zelfbeeld is ontstaan, is bij ieder kind anders en het uitte zich ook op verschillende manieren.

Kinderen met een negatief zelfbeeld zijn er vaak van overtuigd dat ze niets kunnen en niets weten. Deze negatieve gedachten die ze hebben, resulteren vaak in negatief gedrag. Dit nemen ze mee in alledaagse dingen. Op het plein, in de klas of zelfs thuis in hun vertrouwde omgeving ervaren ze last van hun negatieve zelfbeeld. Een kind met zo'n zelfbeeld kan neerslachtig worden, zich terugtrekken en geen hulp meer accepteren van mensen in zijn omgeving.

De kinderen waarmee ik het circusproject heb uitgevoerd, zitten allemaal op een basisschool voor speciaal onderwijs. Het komt vaak voor dat deze kinderen op hun vorige school, op het reguliere onderwijs, overvraagd zijn. De stof was te moeilijk, te veel, of het ging te snel voor hen. Dit heeft een grote invloed gehad op veel kinderen waarmee ik gewerkt heb.

Praktijkvoorbeeld

Patrick zat in groep 7 van de Elimschool toen hij door zijn juf werd aangewezen als een geschikte deelnemer voor het social circus. Patrick had voordat hij op de Elimschool kwam op het reguliere onderwijs gezeten en hij werd hier continu overvraagd door de leerkrachten. Dit heeft een groot gevolg gehad voor de ontwikkeling van zijn zelfbeeld. Bij Patrick is het beeld ontstaan dat hij niks kan. Dit beeld belemmert Patrick in alles wat hij doet. In de klas zoekt hij continu naar complimentjes. Op het plein voetbalt Patrick iedere middag. Maar als zijn team verliest is het *zijn* schuld omdat *hij* fouten heeft gemaakt tijdens het partijtje. Hij ziet dan niet meer dat het een teamspel is en dat je samen wint of verliest. Hij kan dan zo gefrustreerd raken dat hij boos wordt en niks meer wil aannemen van de wereld om hem heen. Dit heeft dan ook regelmatig tot woede-uitbarstingen geleid die Patrick de hele dag bij zich droeg waardoor hij in de klas niet meer kon presteren.

Bij de kinderen waarmee ik gewerkt heb tijdens het circus heb ik de 'zelfbeeldtest van Kool' afgenomen om te achterhalen of ze inderdaad problemen hadden rondom hun zelfbeeld. Via deze test werd duidelijk hoe de kinderen over zichzelf dachten. De test heb ik gekregen van een collega die op dat moment werkzaam was op de Elimschool. De volledige test heb ik in de bijlagen toegevoegd.



Gespannen maar trotse artiesten.

3.2- Zelfbeeld

Het begrip zelfbeeld is heel complex. Je zou kunnen zeggen dat het zelfbeeld het beeld is wat je van jezelf hebt. Toch gaat het niet alleen om hoe jij jezelf ziet, maar ook om hoe anderen jou zien. De wereld om je heen is namelijk heel belangrijk voor de samenstelling van je zelfbeeld.

Simpel gezegd noemen we de ideeën die ieder kind over zichzelf heeft: het zelfbeeld. Maar wat dat zelfbeeld nou precies is legt Willy Hensen heel duidelijk uit:

“Het zelfbeeld is het beeld dat je van jezelf hebt en op basis van het totaal aan eigenschappen dat iemand zichzelf toekent. Bij een positief zelfbeeld ben je tevreden over jezelf: je bent een jongen en dat is goed. Je vindt jezelf mooi (genoeg), slim (genoeg) en aardig (genoeg). Je beeld is ook realistisch: natuurlijk heb je ook zwakkere kanten, maar dat mag van jezelf. Bij een negatief zelfbeeld valt alles in je nadeel uit: je bent een jongen en je wilt een meisje zijn, je bent dom, lelijk, slordig, onhandig, dik, etc. Dit beeld is onrealistisch als je jouw goede kanten niet ook tegelijkertijd ziet. Iemand met een negatief zelfbeeld heeft meestal ook niet veel zelfvertrouwen”.

(Hensen.W. (2006-2007), “Zelfvertrouwen opbouwen”, Uitg IJsselgroep SON opleidingen)

De meeste kleuters zullen zich op hun jonge leeftijd niet bewust afvragen wie ze zijn. Toch zijn ze op hun manier al druk bezig met het ontwikkelen van een zelfbeeld. Volgens psychoanalyticus Erik Erikson doorloopt de mens acht verschillende stadia, waarin steeds een bepaalde crisis of een bepaald conflict moet worden opgelost. Op basis van de ervaringen bij het oplossen van die conflicten, ontwikkelt ieder individu ideeën over zichzelf die men de rest van zijn of haar leven bij zich draagt. Ook is het zelfbeeld verantwoordelijk voor de ontwikkeling van het zelfvertrouwen.

(Zelfvertrouwen (z.d.) Verkregen op 14 november 2011, van <http://zelfvertrouwen.nl/page.php?page=121>). Juist omdat de omgeving van grote invloed is op hoe kinderen hun zelfbeeld ontwikkelen, kan het social circus hier een bijdrage aan leveren. Door het kind nieuwe ervaringen op te laten doen die positief zijn kan het kind een nieuw beeld over zichzelf vormen dat het nog niet eerder had. Het doel van het social circus sluit hierbij aan op dat van de PMT, namelijk dat we een gedragsverandering tot stand willen brengen, of daar tenminste een bijdrage aan willen leveren om daarmee de problematiek te kunnen verminderen.

Hoe positiever het zelfbeeld, hoe meer zelfvertrouwen een kind kan ontwikkelen. In de onderstaande tabel kun je zien hoe het zelfbeeld bij kinderen zich in de loop der jaren ontwikkelt *(Dietvorst, C. e.a. Begeleiden van ontwikkeling. 1997)*

Leeftijd	Zelfbeeld gericht op	Voorbeeld
Rond 5 jaar	Fysieke karakteristieken	Ik heb blond haar en blauwe ogen
Rond 7 jaar	Activiteiten	Ik zit op school en op voetballen
7-10 jaar	Sociale termen	Ik ben een vriendin van Thom
Vanaf 10 jaar	Psychologische termen	Ik ben eerlijk en ik hem doorzettingsvermogen

In de loop van je persoonlijke ontwikkeling wordt het vage beeld dat je op jonge leeftijd nog had steeds duidelijker. Uiteindelijk kom je dan tot een sociaal, emotioneel, cognitief, fysiek en materieel zelfbeeld. Deze 5 factoren vormen samen het totale zelfbeeld van een kind. In de tabel op de volgende pagina is dit weergegeven.

Zelfbeeld	Betekenis
Sociaal	Ontstaat door interactie met betekenisvolle personen en groepen die belangrijk zijn voor jou
Emotioneel	Dit bouw je op terwijl jij je gevoelens waarneemt wanneer je je in een specifieke situatie bevindt.
Cognitief	Dit beeld bevat het beeld dat je hebt van je schools presteren en het beeld dat je hebt van je eigen intelligentie
Fysiek	Het fysieke zelfbeeld is het beeld dat de meeste mensen waarschijnlijk het vaakst verwoorden wanneer met vraagt hoe ze zichzelf zien. Ze hebben het dan over hun uiterlijke kenmerken en over hun lichamelijk prestaties.
Materieel	Dit beeld omvat de opvattingen die iemand heeft over materiële aspecten en over de eigen situatie in verband met bezit, geld.

3.3- LECS (*Lichamelijkheid, emotie, cognitief en sociaal*)

In de tabel hierboven is het zelfbeeld opgesplitst in 5 delen. In de PMT omvatten we de eerste vier delen als LECS. Waarbij de L voor het fysieke deel staat, de E voor de emotie, de C voor het cognitieve gedeelte en de S voor het sociale gedeelte. In de PMT gebruiken we dit om betekenis te verlenen aan gedrag in een bepaalde context. Met behulp van LECS kunnen we een functioneringsbeeld van de cliënt vormen om daarna gericht invloed uit te oefenen op één of meerdere onderdelen van LECS. Op de volgende pagina heb ik situaties beschreven uit het circus aan de hand van de indeling van LECS. Ook heb ik hierbij voorbeelden gegeven hoe je hier als PMT'er mee aan de slag kunt met behulp van de PMT thema's. Door de PMT thema's te koppelen aan LECS ontstaat er een verband tussen het social circus en PMT die goed weergeeft hoe de PMT kan bijdragen aan het circus.

LECS: Lichamelijkheid

Vlak voordat het grote optreden voor alle leerlingen, juffen en ouders begint komt Tim naar me toe. Juf ik durf niet meer, ik tril helemaal en m'n hart slaat heel erg snel. Aan Tim was inderdaad te zien dat hij het erg spannend vond. Zijn handen trilden en hij had rode wangen van de spanning.
PMT thema → *lichaamsbeleving*, het leren herkennen van lichaamssignalen en hier betekenis aan geven. Een ander PMT thema waarmee je aan de slag kunt is *relaxatie*. Het leren ontspannen in situaties die het kind veel spanning opleveren.

LECS: Emotioneel

Na de voorstelling liep de verlegen Jade naar haar moeder toe. Ze zei dat ze het heel erg spannend vond maar dat ze nu heel erg blij was nu het erop zat. Ze was blij dat ze het had gedaan.
PMT thema → *ruimte*, het innemen van ruimte op het podium heeft heel wat lef nodig en was voor haar erg lastig. *vertrouwen*, het geloof hebben in jezelf dat je wel degelijk dingen kunt.

LECS: Cognitief

Agnes zegt tegen me dat ze denkt dat ze niet zonder te vallen over de balk kan lopen. Ze vindt dat ze niet goed is in gym en ze denkt dat dit haar dus ook niet gaat lukken.
PMT thema → *vertrouwen*, het vertrouwen leren krijgen in jezelf. Niet zomaar opgeven maar geloven in je eigen kunnen.

LECS: Sociaal

Bo wil leren jongleren. Hij wil geen hulp en gaat alleen in een hoekje van de zaal staan. Ook als hij merkt dat het behoorlijk lastig is accepteert hij geen hulp van anderen en hij gaat rustig alleen verder met oefenen.
PMT thema → *M.S.S.*, het leren contact maken met de omgeving om je heen. Het kunnen samenwerken met anderen als dat nodig is.

voorbeeld, thema lichaamsbeleving, als PMT'er een oefening kunnen aanbieden die de kinderen helpt om te ontspannen voor een spannende gebeurtenis. Zo kun je PMT combineren met het social circus en heeft het echt een meerwaarde. Kinderen werken dan niet alleen aan het verbeteren van hun zelfbeeld, maar ze leren ook hoe ze hiermee om kunnen gaan om bepaalde situaties makkelijker te maken.

3.4- *Het Biopsychosociaal model*

De theorie van LECS past uitstekend binnen het biopsychosociaal model. Dit model gaat ervan uit dat biologische, psychische en sociale factoren een dynamisch verband met elkaar hebben en dat deze interacties zowel het proces als de uitkomst van de behandeling elkaar beïnvloeden (G. Engel 1997). Omdat dit model er ook vanuit gaat dat meerdere factoren een belangrijke rol spelen in het functioneren van een persoon zijn er overeenkomsten met LECS. Ook binnen de PMT gaan we ervan uit dat meerdere factoren van invloed zijn op de problematiek van een persoon. Hoe dit in elkaar zit kunnen we uitleggen met het biopsychosociaal model. Zoals gezegd zijn er meerdere factoren die meespelen bij het ontstaan van de klacht, in dit geval het negatieve zelfbeeld van kinderen. Verschillende factoren hebben onderling invloed op elkaar en je kunt ze dus ook niet oplossen door slechts 1 onderdeel aan te pakken. Deze factoren kunnen van buitenaf worden beïnvloed. Het model sluit heel goed aan bij LECS omdat je daarin ook onderscheid maakt tussen de 4 verschillende factoren.

Volgens het biopsychosociaal model hebben biologische factoren invloed op het functioneren van het lichaam en de mogelijke verstoring daarvan. Psychologische factoren betreffen iemands ideeën en ervaringen. Sociale factoren zijn de invloeden vanuit de omgeving. (z.d. Verkregen op 14 november 2011 van <http://zp.efp.nl/Basis/Hetbiopsychosocialemodel.html>). Vanuit dit model is het goed te begrijpen dat iedereen zwakke plekken heeft in zijn ontwikkeling en dat de één dus meer kans heeft op het ontwikkelen van een negatief zelfbeeld dan de ander.

Praktijkvoorbeeld

Tijdens het circusproject dat ik heb uitgevoerd was er 1 cliënte die ik ook in individuele therapie had. Dit meisje van 8 jaar was heel erg onzeker en had een negatief zelfbeeld. Met behulp van het biopsychosociaal model was dit te verklaren doordat ze voor haar leeftijd heel erg klein was en behoorlijk gezet (biologische factor). Het meisje had voordat ze in het speciale onderwijs terecht kwam op het reguliere onderwijs gezeten en ze was hier voortdurend overvraagd. De stof was te moeilijk en de cliënte gaf zichzelf hierover de schuld (psychologische factor). Ten slotte werd ze beïnvloed op sociaal gebied doordat o.a. haar moeder teveel van haar vroeg. Zij legde de lat thuis zo hoog voor haar, dat de cliënte hier vaak niet aan kon voldoen (sociale factor). Door de combinatie van deze 3 factoren is haar negatieve zelfbeeld uitgeroeid tot iets wat haar belemmert in alles wat ze doet.

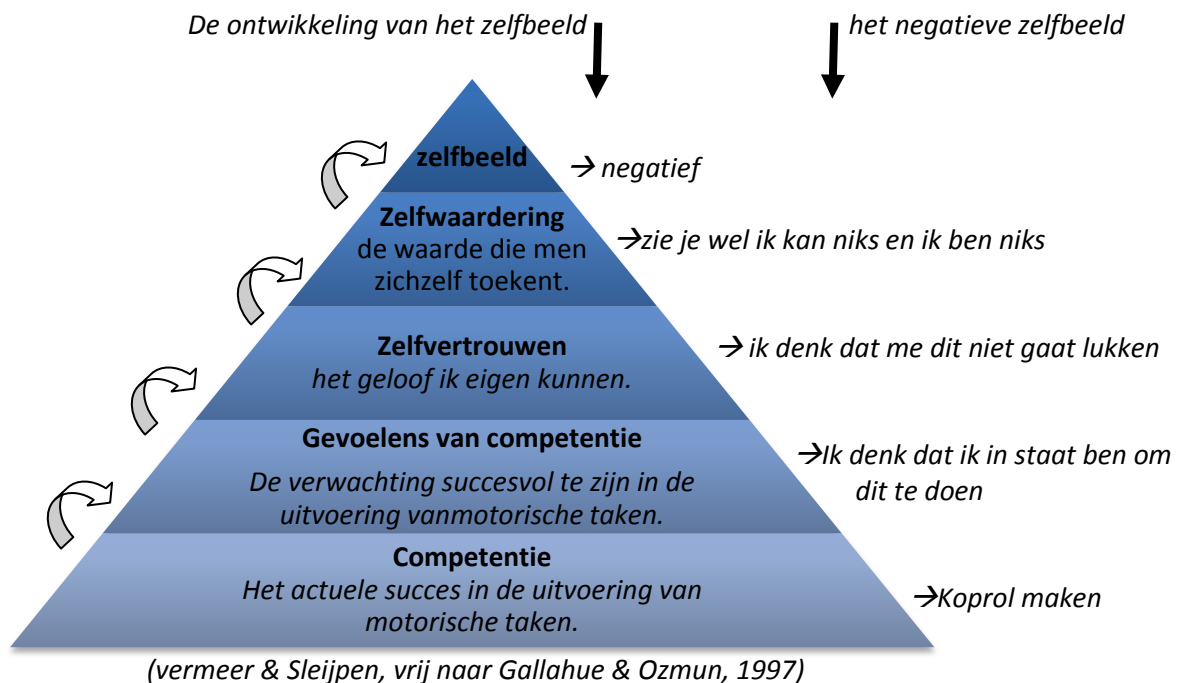
Uitgebreide informatie over het Biopsychosociaal model is toegevoegd in de bijlagen.

3.5- *Het ontstaan en de gevolgen van een negatief zelfbeeld bij kinderen*

“De omgeving is van grote invloed op de ontwikkeling van het kind. Met name de mensen waaraan het kind het meest gehecht is vormen een spiegel. Een klein kind ervaart zichzelf doordat anderen op hem reageren. De mensen in de naaste omgeving van het kind laten een beeld achter, dat het kind zich uiteindelijk eigen zal gaan maken. Een ik-gevoel ontstaat hierdoor. Als er dus een goede ouder ontbreekt, wordt de kans op een zwak ik-gevoel groter. Kinderen die van nature al onzeker en verlegen zijn hebben een verhoogde kans op een negatief zelfbeeld. Toch kunnen we stellen dat een negatief zelfbeeld altijd ontstaat door invloeden van buitenaf”. (Kohnstamm, R. (1993) *De kleine ontwikkelingspsychologie het jonge kind deel 1*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum)

Oorzaken voor een negatief zelfbeeld bij kinderen kunnen zijn dat het kind gebrek aan liefde en waardering ervaart. De prestaties van het kind worden niet erkend. Het kind kan ook lijden aan lichamelijke of emotionele mishandeling. Al deze factoren komen van buitenaf en daar moet een kind mee leren om te gaan. Als een kind denkt ‘ik kan nooit wat goed doen, papa en mama zijn altijd

boos op mij' kan er een vicieuze cirkel ontstaan die moeilijk te doorbreken is. Het kind moet dan eerst weer positiever over zichzelf gaan leren denken, voordat hij zich positiever kan gaan gedragen. Door kinderen te laten ervaren dat ze wel degelijk dingen goed kunnen, kan hun zelfbeeld beetje bij beetje worden vergroot. Dit is dan ook precies wat ik d.m.v. het social circus heb willen bereiken bij deze doelgroep. Natuurlijk kun je een negatief zelfbeeld niet met één ervaring positief maken, maar ik denk dat iedere stap hieraan kan bijdragen. In het schema wat hieronder staat weergegeven staat hoe de ontwikkeling van het (negatieve) zelfbeeld van een kind verloopt. Je ziet hierin hoe een simpele motorische taak kan uitgroeien tot het vormen van een negatief zelfbeeld.



3.6- Kinderen met een negatief zelfbeeld en succeservaringen

Wat alle kinderen met elkaar gemeen hadden tijdens het circusproject op de Elimschool was dat ze een probleem hadden rondom hun zelfbeeld. Het belangrijkste doel van het circus was dan ook om ze een positieve ervaring te laten opdoen, waar ze met veel plezier en zelfvertrouwen op terug konden kijken. In het social circus wordt er gewerkt aan het zelfvertrouwen, het vertrouwen in anderen, samenwerking, verantwoordelijkheid en de weerbaarheid van de kinderen. (z.d. Verkregen op 14 november 2011 van <http://www.bijspringen.nl/programma/5/social-circus/>). Al deze doelen werken samen aan het hoofddoel wat alle kinderen met elkaar verbindt: het negatieve zelfbeeld positief beïnvloeden.

In het social circus wordt er gewerkt met kinderen die een probleem ervaren binnen hun sociaal-emotionele ontwikkeling. Het doel van de sociaal-emotionele ontwikkeling is dat we zo met elkaar omgaan dat je daar zelf overwegend positieve gevoelens bij ervaart. Maar ook dat je eventuele negatieve gevoelens kunt hanteren. Bij kinderen met een negatief zelfbeeld is vooral het laatst genoemde erg lastig. In je sociaal-emotionele ontwikkeling moet je voortdurend verschillende 'taken' oplossen. Het oplossen van eerdere taken is van invloed op het oplossen van latere taken. Het niet kunnen oplossen van deze taken levert bij kinderen spanning en emoties op. Dit alles heeft dan weer invloed op het zelfbeeld van kinderen. (<http://www.psycon.nl/data/sociaal.html>, verkregen op 10 november, 2011.) Voorbeelden van sociaal- emotionele problemen bij kinderen op school zijn bijvoorbeeld: gepest worden, faalangst, een laag zelfvertrouwen, sociale angst en niet genoeg zelfstandig zijn.

Tijdens het social circus wordt aan allerlei sociaal- emotionele problemen gewerkt zodat kinderen hun competentiegevoel, het gevoel dat ze wel iets kunnen, kunnen vergroten. Dit alles wordt vooral bereikt doordat de kinderen succeservaringen op kunnen doen. Dit is dan ook meteen één van de grootste troeven van het social circus.

Succeservaringen worden vooral opgedaan bij prestaties waarin de persoonlijke inzet een grote rol speelt. Hier zijn sportactiviteiten waarbij een duidelijke samenhang is tussen eigen inspanning en resultaat een prima middel. Het circus is hiervan ook een goed voorbeeld. Kinderen moeten oefenen om de trucjes onder de knie te krijgen. Als ze dit dan lukt geeft dit een gevoel van trots.

Heel abstract gezegd zijn succeservaringen heel nuttig omdat er endorfine vrij komt. Dat voelt prettig en daardoor willen we het vaker doen. Gelukkig doen succeservaringen meer dan alleen endorfine vrij maken. Succeservaringen geven iemand ook informatie over wat hij kan. Het is specifiek dan zelfvertrouwen, het gaat echt over geloof in eigen kunnen op een bepaald terrein (*Brein@work, blz 89, verkregen op 24 november*).

Vaak bevatten kinderen pas echt dat ze iets kunnen als ze het zelf gedaan hebben. Als je tegen een kind met een negatief zelfbeeld zegt dat hij of zij iets goed kan, dan komt dit dikwijls niet binnen. Maar als je zo'n kind zelf laat ervaren dat het wel degelijk iets kan dan draagt dit bij aan het opdoen van een positieve ervaring. Om deze redenen is het social circus zo'n succes gebleken. Kinderen staan vaak zelf versteld van wat ze allemaal kunnen door het daadwerkelijk te doen. Dat is de kracht er van denk ik.



De artiesten nemen het applaus in ontvangst

Hoofdstuk4 - PMT en het social circus

Om de vraag of de 7 PMT thema's kunnen bijdragen aan het social circus te kunnen beantwoorden is het belangrijk om te weten hoe PMT en het circus met elkaar verbonden zijn. In het nu komende hoofdstuk combineer ik ieder PMT thema met de doelgroep. Ik licht toe hoe het thema vaak terug komt bij kinderen met een negatief zelfbeeld en hoe je dit in het circus kunt gebruiken.

4.1.- De 7 PMT thema's en het social circus

PMT thema:

M.I.S. (motorische instrumentele sensibiliteit)

Hoe zie je dit terug bij de doelgroep:

Kinderen met een negatief zelfbeeld zullen vaak moeite hebben om op een positieve manier contact te maken met de wereld om zich heen. Dit komt omdat ze er al vanuit gaan dat dingen niet lukken of dat het te moeilijk is voor hen. (*Opvoedadvies.nl (z.d.) drs. T. de Vos- van der Hoeven, Het zelfbeeld van kinderen, Verkregen op 4 februari 2011, van <http://www.opvoedadvies.nl/zelfbeeld.htm>*) Hierdoor kan het zo zijn dat een kind met een negatief zelfbeeld naar binnen gekeerd raakt. Het heeft dan weinig oog voor datgene wat er om hen heen gebeurt. Een kind met een negatief zelfbeeld dat naar binnen gekeerd is zal uit zichzelf niet snel met voorwerpen gaan experimenteren omdat het de verwachting heeft dat het zal mislukken.

Hoe kun je dit gebruiken in het social circus:

Het circus lokt kinderen uit om zijn/haar omgeving te gaan ontdekken. Je kunt je voorstellen dat een gymzaal vol met circusmaterialen er voor de meeste kinderen heel aantrekkelijk uit ziet. Voor kinderen die naar binnen gekeerd zijn is het een uitdaging om zelf met een voorwerp aan de slag te gaan dat ze niet kennen. Het circus is voor veel kinderen een veilige plek waarin ze zich mogen en kunnen openstellen voor hun omgeving.

PMT thema:

kracht

Hoe zie je dit terug bij de doelgroep:

Binnen het thema kracht wordt er o.a. gewerkt aan het (durven) inzetten van kracht. Dit is voor een groot deel van de doelgroep een leerpunt. Je ziet vaak dat kinderen met een negatief zelfbeeld weinig zelfvertrouwen hebben en dit ook uitstralen. Hierdoor zijn ze een gemakkelijk mikpunt voor pesterijen. Door kinderen met een negatief zelfbeeld mee te geven dat ze wel degelijk kracht kunnen uitstralen worden ze zelfverzekerder en kunnen ze zichzelf ook leren verweren. Kinderen moeten leren dat ze van hun eigen kracht uit kunnen gaan en dat ze dit ook kunnen inzetten als dat nodig is.

Hoe kun je dit gebruiken in het social circus:

In het circus moeten veel kinderen activiteiten doen die ze nog nooit eerder gedaan hebben. Om te leren jongleren of om met Chinese bordjes te kunnen draaien heb je heel wat doorzettingsvermogen nodig. Als zo'n activiteit na veel oefenen dan toch lukt geeft dit veel kinderen een stuk zelfvertrouwen. Een kind leert hierdoor dat doorzetten beloont, ook al lijkt het in het begin misschien niet te gaan lukken.

PMT thema:

M.S.S. (motorische sociale sensibiteit)

Hoe zie je dit terug bij de doelgroep:

Bij dit PMT thema draait het allemaal om de sociale context om het kind heen. Kinderen met een negatief zelfbeeld zullen veelal moeite hebben met het maken van contact. *Vooraf het maken van contact met kinderen die ze niet goed kennen is erg spannend en moeilijk voor deze doelgroep. Omdat contact maken moeilijk is loopt het kind eerder de kans om buitengesloten te worden. Maar andersom kan ook: als een kind vaak buitengesloten wordt kan dat ervoor zorgen dat het een negatief zelfbeeld ontwikkeld. (Zelfbeeld en zelfvertrouwen. (z.d.) Verkregen op 4 februari 2011, van <http://www.ggdzeeland.nl/dbdocs/fileattachment>)* Deze angst om contact te maken komt voort uit de gedachte dat het andere kind hen toch wel niet leuk zal vinden. Het zelfvertrouwen van deze kinderen is laag en daarom is de gedachte om niet aardig en leuk gevonden te worden groot.

Hoe kun je dit gebruiken in het social circus:

In het social circus is de gedachte dat iedereen gelijk is heel belangrijk. Iedereen die deelneemt aan het circus weet dat ze dat doen om iets te leren. Niemand is al een volwaardig circusartiest en dat hoeft ook niet. In het social circus wordt er veel gewerkt rondom het thema samenwerken. Het is belangrijk dat er vanaf de eerste bijeenkomst een gevoel van gelijkheid wordt gecreëerd zodat iedereen zichzelf durft te zijn. Andere thema's die centraal staan tijdens het circus zijn zorg voor elkaar en elkaar leren waarderen. Deze thema's komen terug in verschillende activiteiten zoals bij het jongleren, de clowns en bij de acrobaten. Bij het social circus dat ik heb uitgevoerd heb ik een acrobaten act gedaan met 5 jongens. In het begin was het een hoop gegiechel en ging er regelmatig nog wat fout. Naarmate we dichterbij de voorstelling kwamen kon ik echt aan de jongens merken dat ze het heel graag goed wilden doen zodat ze een goede voorstelling

PMT thema:

ruimte

Hoe zie je dit terug bij de doelgroep:

Het innemen van ruimte is voor kinderen met een laag of negatief zelfbeeld een hele uitdaging. In de spotlights staan is iets wat ze liever niet doen omdat de kans dan groot is dat iedereen een gemaakt foutje ziet. Tijdens het werken met deze doelgroep heb ik twee soorten kinderen gezien. De eerste groep nam weinig ruimte in en leek verlegen. Daarentegen was er ook een groep(je) die juist wel veel ruimte op eiste in de groep door veel grapjes te maken en heel erg druk te doen. Ik denk dat ze dit deden om niet te laten zien dat ze onzeker waren. Het opeisen van ruimte kun je bij deze doelgroep dus op meerdere manier benaderen.

Hoe kun je dit gebruiken in het social circus:

In het social circus draait het voor een groot deel om jezelf presenteren. Tijdens alle bijeenkomsten zijn de kinderen bezig met het instuderen en voordragen van trucjes om uiteindelijk tijdens de voorstelling hun beste truc te kunnen laten zien. Voor kinderen met een negatief zelfbeeld is dit erg spannend omdat iedereen het ziet als iets niet lukt. Daarom is de drempel voor veel kinderen ook behoorlijk hoog om dit te doen. Het social circus laat de kinderen stap voor stap wennen aan het idee dat ze wel degelijk iets voor een groep kunnen laten zien. Ik heb met 1 deelnemster gewerkt tijdens het circus die ontzettend zenuwachtig was. Ik zag haar iedere bijeenkomst heel geconcentreerd oefenen op haar evenwichtsact. Toen de voorstelling bijna begon zag ze het niet meer zitten. Ze heeft toch doorgezet en achter zei ze dat ze blij was dat ze het gedaan had. Ze heeft zichzelf laten zien dat ze meer kan dan ze van tevoren dacht.

PMT thema:

lichaamsbeleving

Hoe zie je dit terug bij de doelgroep:

Kinderen met een negatief zelfbeeld zullen veelal moeite hebben om iets positiefs aan hun eigen lichaam te benoemen. Hoe je eruit ziet en hoe je je hierbij voelt heeft een grote invloed op iemands zelfvertrouwen. Ze zullen vaak moeite hebben om hun lichaam te presenteren aan hun omgeving omdat ze er niet zeker over zijn. Bij het thema lichaamsbeleving gaat het ook om wat je allemaal van en aan je lichaam kunt voelen. Stress en onzekerheid zijn twee dingen die deze kinderen vaak ervaren.

Hoe kun je dit gebruiken in het social circus:

Veel activiteiten die kinderen in het circus doen zijn nieuw voor ze. De deelnemers ontdekken wat ze allemaal kunnen met hun lichaam en ze ontdekken hun lichaam op een nieuwe manier. Bij het acro gymmen gaat het bijvoorbeeld over elkaar aanraken en bij het evenwichtsnummer over het balanceren van je lichaam. Als de kinderen dan uiteindelijk iets lukt wat ze van te voren niet verwacht hadden draagt dit bij aan een positiever beeld over zichzelf.

In het social circus wordt er ook veel gewerkt rondom het thema spanning. Veel kinderen vinden het erg spannend om nieuwe activiteiten te moeten ondernemen en de gedachte van een optreden kan ook veel spanning opleveren. Je kunt hier als PMT'er heel mooi gebruik van maken door hier met de kinderen bewust bij stil te staan. Wat voel je nou eigenlijk vlak voor zo'n optreden en wat kun je hieraan doen? Je bent hierbij bezig met het herkennen van lichaamssignalen.

PMT thema:

Vertrouwen

Hoe zie je dit terug bij de doelgroep:

Het vertrouwen in jezelf hebben, het geloof dat je zelf iets kan bereiken is voor kinderen met een negatief zelfbeeld vaak erg lastig. Ze hebben vaak negatieve gedachtes in hun hoofd wat ze ervan weerhoudt om nieuwe dingen te ondernemen. *Ook schrijven kinderen behaalde successen toe aan de situatie en niet aan zichzelf. (Opvoedadvies.nl (z.d.) drs. T. de Vos- van der Hoeven, Het zelfbeeld van kinderen, Verkregen op 4 februari 2011, van <http://www.opvoedadvies.nl/zelfbeeld.htm>)*

Hoe kun je dit gebruiken in het social circus:

Het social circus probeert de kinderen weer een stukje vertrouwen te geven in hun eigen kunnen. Dit gebeurt natuurlijk door het oefenen van de activiteiten en het uiteindelijke optreden. Door stapje voor stapje nieuwe activiteiten te leren gaan kinderen inzien dat ze wel degelijk zelf iets kunnen leren.

Daarnaast wordt er in het circus gewerkt aan het vertrouwen van de ander. Elkaar helpen met trucs door elkaar te vangen bij het acrobatennummer zorgt ervoor dat kinderen elkaar meer gaan vertrouwen en

PMT thema:

Relaxatie

Hoe zie je dit terug bij de doelgroep:

Het tegenovergestelde van relaxen is spanning. Spanning is een veel voortkomend thema bij kinderen met een negatief zelfbeeld. Het doen van de voor ons meest gemakkelijk opdrachten kan voor hen een hele uitdaging zijn en veel spanning opleveren. Dit resulteert dan weer in mindere resultaten en dat bevestigt weer dat ze het inderdaad niet kunnen. Spanning komen deze kinderen in allerlei situaties tegen. Op school, op het plein, in de klas, bij hun sport en thuis.

Hoe kun je dit gebruiken in het social circus:

Het social circus is voor veel kinderen een plek waar ze absoluut spanning zullen ervaren. Het mooie is dat je deze spanning kunt gebruiken om de kinderen te leren ontspannen. Het PMT thema relaxatie heeft namelijk ook te maken met het toepassen van ontspanningstechnieken. Een goed voorbeeld van een techniek die je kunt gebruiken binnen het social circus is het leren reguleren van de ademhaling. Je kunt bijvoorbeeld met de kinderen in een kring gaan staan en vragen wat ze voelen. Als er signalen van spanning zijn kunnen ze deze leren herkennen om deze vervolgens om te leren zetten in ontspanning door rustig te leren ademen. Deze opgedane kennis uit het social circus kunnen ze ook gaan gebruiken in andere situaties, bijvoorbeeld voordat ze iets spannends moeten doen, zoals een spreekbeurt houden in de klas.

Zoals je kunt lezen komen alle 7 PMT thema's terug in verschillende oefeningen van het social circus. Op de voorgaande pagina's heb ik slechts enkele voorbeelden gegeven van oefeningen die je kunt gebruiken om aan de thema's te werken. Hieronder noem ik nog meer leerdoelen waaraan de kinderen zoal kunnen werken tijdens het social circus project. Al deze thema's kun je onderverdelen bij de 7 PMT thema's waarmee wij als PMT'ers werken.

Thema's waar kinderen aan kunnen werken tijdens het social circus:

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| - jezelf openstellen voor je omgeving | - doorzettingsvermogen tonen |
| - samenwerken | - bekeken worden |
| - elkaar leren waarderen | - je lichaam tonen |
| - zorgen voor elkaar | - zelfvertrouwen opdoen |
| - jezelf presenteren | - vertrouwen in de ander |
| - ruimte durven innemen | - leren concentreren |
| - leren omgaan met spanning | - creatief denken |
| - inspelen op situaties | - je invoelen in de ander |
| - verantwoordelijkheid nemen | - motorische ontwikkeling stimuleren |

Veel van bovenstaande leerdoelen zijn onder te verdelen bij de PMT thema's M.S.S. en vertrouwen. Rondom deze 2 thema's zal dan ook het meest gewerkt worden binnen het circus, maar ook bij alle andere thema's kun je de leerdoelen onderverdelen. Er zijn nog meer leerdoelen te bedenken waaraan in het circus gewerkt kan worden.



Opperste concentratie!

De mogelijkheden zijn eindeloos zolang er nieuwe activiteiten bedacht worden en er nieuwe deelnemers meedoen aan het circus.

4.2.- *Hoe kun je de 7 thema's toepassen in het circus?*

Uit hoofdstuk 4.1 is gebleken dat alle 7 PMT thema's terug te vinden zijn in het social circus. Dit betekent dat je voor iedere deelnemer een passend aanbod kan leveren omdat er altijd een thema bijzit dat passend is bij zijn/haar hulpvraag. In dit hoofdstuk wil ik toelichten hoe je deze thema's kunt verwerken in het circus. Dit doe ik door de 7 PMT thema's te koppelen aan een hulpvraag van een cliënt. Ik ben hierbij uitgegaan van cliënten waarmee ik gewerkt heb tijdens het project. Het gaat in dit geval dus om kinderen met een negatief zelfbeeld. Daarnaast heb ik 7 verschillende circusactiviteiten geformuleerd. Hierdoor kun je zien hoe de PMT thema's in de praktijk kunnen bijdragen aan het social circus.

PMT thema:	M.I.S. (motorische instrumentele sensibiteit)
Hulpvraag:	Leer mij om open te staan en contact te maken met hetgeen wat er om mij heen is.
Circusactiviteit:	Chinese bordjes: het op gang houden van een bordje op een stok door een draaiende beweging met de pols te maken.

Waarom passend bij de doelgroep?

Kinderen met een negatief zelfbeeld kunnen naar binnen gekeerd zijn en daardoor minder aandacht hebben voor wat er om hen heen gebeurt. De Chinese bordjes zien er voor veel kinderen aantrekkelijk uit. Het is een lastige activiteit die om veel oefening vraagt voordat het lukt. Kinderen leren dat het oefenen met nieuwe dingen niet alleen spannend is maar ook heel erg leuk kan zijn.

Een ander positief deel van deze circusactiviteit is dat de lichaamshouding van de kinderen door deze activiteit naar buiten gekeerd is. Ze moeten namelijk rechtop staan met hun hoofd omhoog om het bordje te kunnen zien draaien. Ook dit doet al veel met de naar binnen gekeerde houding die deze doelgroep vaak heeft.

PMT thema:	Kracht
Hulpvraag:	Leer mij om mijn kracht te durven inzetten zodat voor mijzelf op kan komen als dat nodig is.
Circusactiviteit:	Een acrobaten nummer: het maken van een act met meerdere personen waarbij acrogym de basis is.

Waarom passend bij de doelgroep?

Een acrobaten act doe je altijd met meerdere personen tegelijk. Het is belangrijk dat je elkaar goed vasthoudt en helpt zodat de act goed verloopt. Acrobatiek is vaak veel zwaarder dan het lijkt. Het vergt veel samenwerking en vertrouwen om dit tot een goed einde te brengen. Het leveren van kracht is hierbij een belangrijk onderdeel. Zo zal iedereen bij het maken van een menselijke piramide stevig moeten staan om het een stabiel geheel te laten zijn. Hierbij kunnen de cliënten werken aan hun hulpvraag door hun kracht in te zetten voor het slagen van de activiteit. Ze zullen ervaren dat ze wel degelijke kracht bezitten en dit kunnen gebruiken. Voor een PMT'er is het dan nog belangrijk om de transfer te maken naar het dagelijks leven van de cliënten zodat de opgedane ervaringen en kennis ook buiten de gymzaal toegepast kunnen worden. Dit is erg belangrijk omdat de cliënten veel zullen moeten oefenen met, in dit geval, het durven inzetten van kracht. Wat ze leren in het circus is slechts een basis die ze zelf zullen moeten uitbreiden door te oefenen. Het maken van transfers is om deze reden erg belangrijk voor de ontwikkeling van hun zelfvertrouwen.

PMT thema: M.S.S. (motorische sociale sensibilliteit)
Hulpvraag: Leer mij samenwerken met de anderen om mij heen.
Circusactiviteit: Een jongleer act met meerdere deelnemers: het opgang houden van balletjes door ze over te gooien of door ze zelfstandig op gang te houden.

Waarom passend bij de doelgroep?

Tijdens het circus krijgen kinderen de vrijheid om zelf een act in elkaar te zetten. Door bijvoorbeeld 4 kinderen de opdracht te geven om samen een jongleer act in elkaar te zetten ontstaat er een situatie waarin kinderen zelf initiatief moeten tonen om te overleggen en samen te werken met elkaar. Ze zullen hierdoor zelf contact moeten zoeken met de ander om de act te laten slagen.

PMT thema: Ruimte
Hulpvraag: Leer mij mijzelf te presenteren voor een groep.
Circusactiviteit: Op een éénwiel fiets rijden .

Waarom passend bij de doelgroep?

Eigenlijk is iedere circusactiviteit passend bij deze hulpvraag. Kinderen leren zichzelf te presenteren in het circus door hun kunsten aan anderen te vertonen. Je kunt hierin variëren door kinderen groepsactiviteiten te laten doen of een individuele act. Het draait in dit geval allemaal om het thema ruimte innemen. Dit kunnen de deelnemers heel goed doen door zichzelf te presenteren op een wiebelige éénwiel fiets. Voor veel kinderen zal de uitdaging groter zijn als ze iets alleen voor een groep moeten. Hier kan naar toe gewerkt worden door de kinderen eerst een gezamenlijke act te laten opvoeren en daarna pas over te gaan op individuele acts.

PMT thema: Lichaamsbeleving
Hulpvraag: Leer mij om spanning te herkennen in mijn lichaam zodat ik beter kan handelen in spannende situaties.
Circusactiviteit: Een groepsactiviteit waarbij bewust aandacht wordt besteed aan het lichaam.

Waarom passend bij de doelgroep?

Niet alles binnen het social circus draait om het neerzetten van een act. Er is ook ruimte om aandacht te besteden aan onderdelen zoals spanning. Een oefening die de kinderen heel goed kunnen doen met hun begeleider is bijvoorbeeld een groepsactiviteit waarbij je lichaam centraal staat. Alle deelnemers staan in een kring. De begeleider (in dit geval een PMT'er) wijst de kinderen op verschillende lichaamssignalen zoals ademhaling en de hartslag. Door de kinderen bewust te maken van wat ze voelen in hun lijf als ze ontspannen of juist gespannen zijn, kunnen ze hun lichaamssignalen leren herkennen. Het is hierbij vooral belangrijk dat de transfer naar situaties buiten het circus worden gemaakt. Zo kunnen kinderen leren wanneer ze iets spannend vinden en wat ze hieraan kunnen doen (bijvoorbeeld diep in- en uit ademen).

PMT thema: Vertrouwen
Hulpvraag: Leer mij vertrouwen te hebben in mijn eigen kunnen.
Circusactiviteit: Balanceren op een grote circusbal: lopen op een grote bal en eventueel hierbij trucjes doen zoals een balletje opgooien.

Waarom passend bij de doelgroep?

Het lopen op een circusbal vergt veel oefening. Het is een spannende activiteit die heel veel kinderen aanspreekt. Door uiteindelijk iets te kunnen wat je eerst heel spannend vond geeft voldoening en zelfvertrouwen. Vooral als je deze act voor een publiek mag doen en hierna een groot applaus ontvangt!

PMT thema:	Relaxatie
Hulpvraag:	Leer mij te ontspannen in situaties die mij veel stress opleveren.
Circusactiviteit :	Het toepassen van ontspanningstechnieken, zoals ademhalingsoefeningen.

Waarom passend bij de doelgroep?

Veel kinderen met een laag zelfbeeld ervaren spanning bij heel veel dingen die ze doen. Ook in het circus komt het thema spanning telkens weer naar voren. Door kinderen ontspanningstechnieken en ademhalingsoefeningen aan te leren kunnen ze spannende situaties beter hanteren. Dit kunnen ze binnen, maar ook buiten het circus toepassen. Het maken van transfers is bij dit thema dan ook erg belangrijk. Zo kunnen de kinderen bijvoorbeeld leren hoe ze kunnen ontspannen door ademhalingstechnieken toe te passen voor een spreekbeurt.

4.3.- De meerwaarde van PMT binnen het social circus

Door de 7 PMT thema's te koppelen aan een doelgroep, het social circus en circusactiviteiten is er een verband ontstaan. Door deze link gelegd te hebben is het voor een PMT'er gemakkelijker om te voldoen aan de vraag van de cliënt d.m.v. het aanbod van het circus.

Zoals al eerder in deze scriptie is genoemd, hebben de kinderen die hebben deelgenomen aan het social circus, problemen rondom hun sociaal- emotionele ontwikkeling. Het social circus wil hieraan werken door de kinderen succeservaringen op te laten doen en weer zelfvertrouwen te geven. Het social circus doet dit door aan alle 7 PMT thema's aandacht te schenken. Dit gebeurt d.m.v. verschillende activiteiten die worden aangeboden, maar ook door de context in de zaal, de manier van omgaan met elkaar en het uiteindelijke optreden. Er zitten nog meer voordelen aan het social circus met PMT invloeden. Ik licht 5 van deze voordelen hieronder toe.

1-Door de 7 PMT thema's te verwerken in het circus weet je zeker dat alle problematiek is aangetipt.

Zoals zojuist al naar voren is gekomen zijn de 7 PMT thema's verweven in het circus. Er is ruimte voor alle thema's om aanbod te komen en hierdoor is er voor ieder kind een passend aanbod in de activiteiten. Het ene kind zal meer baat hebben bij het thema 'ruimte innemen' terwijl de ander tijdens het circus juist meer werkt aan 'het maken van contact met anderen'. Ieder kind kan aan zijn eigen leerdoelen werken zonder dat andere kinderen achter worden gesteld.

2- Je hebt als therapeut geen specifieke individuele behandeldoelstellingen nodig.

Een tweede voordeel van PMT binnen het social circus is dat je als therapeut geen individuele behandeldoelstellingen nodig hebt. De 7 PMT thema's bedekken het gehele gebied, dus je weet zeker dat ieder kind aan zijn leerdoel kan werken.

3- Je kunt als therapeut een heterogene groep bedienen.

Het circus is zo divers dat het een hele brede groep cliënten aanspreekt. Het ene kind zal meer voelen voor activiteiten in groepsverband terwijl het andere kind het fijn vindt om alleen te werken. Het circus spreekt zowel jongens als meisjes aan in allerlei leeftijdsgroepen. Als therapeut hoeft je het aanbod van je circusactiviteiten niet (veel) te veranderen aan de doelgroep waarmee je werkt omdat ieder kind meestal vanzelf naar de activiteiten trekt die hem/haar aanspreekt.

4- De klacht van de deelnemers hoeft onderling niet bekend te zijn.

Een ander voordeel van het social circus als vorm van PMT is, dat de cliënten onderling niet hoeven te weten wat elkaars klachten zijn. Hierdoor is de drempel voor veel cliënten laag om deel te nemen aan de therapie.

5- kinderen zijn vaak spelende kinderen.

Het idee van Homo Ludens (Latijn voor het spelende mens) is een mensbeeld waarin de mens eerst en vooral een spelend wezen is. Het social circus sluit hierbij aan door een hele laagdrempelige, spelende manier van leren aan te bieden. Kinderen vinden het vaak fantastisch als ze een zaal vol met circusmaterialen zien liggen. De context van de zaal roept vaak veel positieve gedachten op bij kinderen. Kinderen kunnen spelenderwijs leren d.m.v. het social circus.

Dit zijn 5 feiten die het social circus met PMT invloeden te bieden heeft. De conclusie die je uit bovenstaande voorbeelden kunt trekken is dat je uit een therapeutische context blijft. Dit maakt het social circus heel erg laagdrempelig om aan deel te nemen en hierdoor spreek je een brede doelgroep aan. Het is een hele impliciete manier van behandelen waarin toch alle 7 PMT thema's naar voren komen. Ook dit maakt de drempel voor veel deelnemers lager om deel te nemen.

4.4.- *Therapeutische strategieën, interventies, attitude en training VS therapie.*

Om de hoofdvraag "Kunnen de 7 PMT thema's bijdragen aan het social circus, uitgevoerd in het speciale basisonderwijs met kinderen met een negatief zelfbeeld?" te beantwoorden is het ook belangrijk om te weten welke invloeden vanuit de PMT, naast de 7 thema's, nog meer terug komen in het circus. In het volgende gedeelte beschrijf ik het theoretische kader van waaruit de PMT werkt binnen het social circus.

4.4. 1 Therapeutische strategieën

Om de doelstellingen van een behandeling te bereiken volgt een psychomotorisch therapeut een specifieke behandelstrategie. Dus ook in het social circus kunnen deze strategieën worden toegepast. Voor deze behandelstrategieën is de volgende indeling mogelijk (NVPMT, 1995):

oefenen (behavioristische/cognitieve benadering)-

Cliënten werken al oefenend binnen duidelijke structuren waarbinnen de cliënt oefenend geconfronteerd wordt met lichaamservarings- en bewegingssituaties. Centraal staat dat de cliënt contact krijgt en in contact blijft met zijn omgeving en/of lichaam. Zo leert de cliënt omgaan met zijn eigen problematiek.

ervaren (humanistische benadering)-

Cliënten leren experimenteren met gedragsalternatieven en leren ervaren welke invloed dit heeft in relatie tot de omgeving. Deze alternatieven hebben aspecten van het denken, voelen en handelen in zich. De cliënt leert met zijn gedrag te experimenteren door de psychomotorisch therapeut globaal aangegeven structuren.

ontdekken (psychodynamische benadering)-

De cliënt gaat aan het werk met onverwerkte, verdrongen herinneringen, emoties en conflicten centraal. De cliënt krijgt de gelegenheid om deze conflicten te ontdekken, uiten en benoemen, zodat ze een geïntegreerde plaats krijgen in het bestaan van de cliënt. De PMT'er helpt de cliënt bij het bewust maken hiervan.

In de context van het social circus wordt er voornamelijk gewerkt rondom de strategieën oefenen en ervaren. Deze strategieën komen naar voren tijdens de weg naar de voorstelling toe, maar ook



tijdens het uiteindelijke optreden doen de kinderen heel veel ervaringen op. Zo oefenen de kinderen weken lang allerlei trucs om zich uiteindelijk voor een groot publiek te kunnen presenteren. Ze doen iedere week allerlei oefeningen waarin het oefenen en ervaren centraal staat. De cliënten worden hierbij op hun eigen niveau aangesproken. Ze ervaren daarbij dat ze zichzelf wel degelijk kunnen presenteren voor een groep en ze doen hiermee zelfvertrouwen op.

4.4 .2 Therapeutische niveaus

De therapeutische interventies worden gericht op drie niveaus (van den Blink, 2003).

Verkennen- de cliënt kijkt samen met de therapeut hoe hij zich gedraagt in verschillende situaties.

Komen deze verschillende gedragingen overeen?

Herkennen- De cliënt herkent het gedrag van zichzelf in verschillende situaties. Deze fase wordt persoonlijker en spannender voor de cliënt; andere contexten worden nu aangesproken (transfer).

Erkennen- De cliënt erkent dat er een probleem is, hier zit de last voor de cliënt. De keuze is aan de cliënt wat hij met de last wil doen. Wil hij het veranderen of het zo houden?

In de context van het social circus komen deze therapeutisch interventies niet zo bewust naar voren. De cliënten zullen uiteraard wel bezig zijn met het verkennen, herkennen en erkennen maar ze zullen daar niet bij stil staan. Zo kan het bijvoorbeeld best zijn dat één van de deelnemers met een negatief zelfbeeld merkt dat hij het optreden alleen spannender vindt, dan wanneer hij met een groepje optreedt (verkennen). Vervolgens merkt de cliënt dat dit in meerdere circussituaties naar voren komt (herkennen). Daarna gaat de cliënt inzien dat hij het inderdaad lastig vindt om solo op te treden in meerdere situaties, ook buiten het circus om (erkennen.)

4.4. 3 Therapeutische attitude

De therapeutische attitude die bij deze manier van werken aansluit is een ondersteunende, aanmoedigende en structurerende attitude. Een ondersteunende en aanmoedigende houding om je cliënten aan te sporen om zelf initiatief te tonen wat betreft het oefenen. Veel cliënten zullen dat extra zetje nodig hebben om aan de slag te gaan. Ook is het geven van complimenten belangrijk zodat de cliënten weten dat ze goed op weg zijn. Wanneer je een aanmoedigende attitude aanneemt zullen de deelnemers eerder actief mee doen omdat ze zich gewaardeerd voelen.

Daarnaast zul je ook structuur moeten bieden door aan het begin van de bijeenkomst aan te geven wat er die keer gedaan kan worden. Door een structurerende attitude aan te nemen weten de deelnemers wat ze kunnen verwachten. Dat zorgt ervoor dat de kinderen gericht aan de slag kunnen.

4.4. 4 Training VS therapie

Hoewel er heel veel invloeden van de PMT zijn terug te vinden in het circus kun je het social circus niet als vorm van therapie benoemen. Het komt meer overeen met een training. De definitie van een training volgens het woordenboek is: *Oefenen, het machtig worden van vaardigheden*. De definitie van een therapie volgens het woordenboek is: *Behandeling van een aandoening, ziekte of klacht met als doel absoluut herstel of relatieve verbetering van de lichamelijke en/of geestelijke gezondheid te bewerkstelligen.* (Verkregen op 6 januari 2012 van www.woordenboek.nl/woord/therapie/training) Het circus heeft als doel het opdoen van ervaringen en het oefenen van vaardigheden om uiteindelijk het negatieve zelfbeeld positief te beïnvloeden. Het behandelen met als doel genezing is geen doelstelling van het circus. Om deze reden is het circus meer een training te noemen dan een therapie.

Hoofdstuk 5 - Conclusie, discussie en aanbevelingen

In de inleiding van deze scriptie vertelde ik dat ik deze scriptie graag wilde maken omdat ik te weinig informatie kon vinden over het social circus met PMT invloeden. Het was voor mij niet duidelijk welke PMT invloeden terug te vinden waren binnen het social circus en hoe je dit kon toepassen. De hoofdvraag waar het allemaal in deze scriptie om draait is: *“Kunnen de 7 PMT thema’s bijdragen aan het social circus, uitgevoerd in het speciale basisonderwijs met kinderen met een negatief zelfbeeld?”* Ik heb deze vraag proberen te beantwoorden door verschillende deelvragen op te stellen. In het nu volgende hoofdstuk trek ik conclusies met behulp van de opgedane kennis die ik in deze scriptie verwerkt heb.

Het social circus is een wereldwijd begrip dat in steeds meer landen opduikt. De deelnemers zijn meestal kinderen die problemen hebben in hun sociaal- emotionele ontwikkeling. In deze scriptie is gebleken dat kinderen met een negatief zelfbeeld veel baat hebben bij het deelnemen aan het social circus. Dit komt voor een groot deel omdat het zelfbeeld door invloeden van buitenaf wordt gevormd. Juist omdat het zelfbeeld van buitenaf kan worden beïnvloed kunnen wij als PMT’ers een rol spelen in de verdere ontwikkeling hiervan. Het opdoen van succeservaringen speelt hierbij een grote rol.

De eerste koppeling die in deze scriptie gemaakt is tussen het social circus en PMT is het gebruik van LECS binnen het circus. LECS wordt gebruikt door PMT’ers om betekenis te verlenen aan het gedrag in een bepaalde context. Doordat het zelfbeeld van kinderen wordt gevormd door 5 factoren die overeenkomen met 4 onderdelen van LECS kunnen PMT’ers leerdoelen stellen en deze integreren in het circus.

Om de hoofdvraag van dit onderzoek te kunnen beantwoorden was het belangrijk om te weten *of* en *hoe* de PMT thema’s terug zijn te vinden in het social circus. In deze scriptie is naar voren gekomen dat alle 7 PMT thema’s naar voren komen binnen het social circus. Dit is ten eerste duidelijk geworden door alle thema’s aan de doelgroep te koppelen en daarna de link te leggen naar het social circus. Omdat alle thema’s naar voren komen, kunnen kinderen met uiteenlopende problematiek aan hun eigen leerdoelen werken binnen hetzelfde circus. Door daarna circusactiviteiten aan de 7 PMT thema’s te koppelen levert de PMT zichtbaar zijn bijdrage binnen het social circus.

Niet alleen de 7 PMT thema’s kunnen bijdragen aan het social circus, ook andere invloeden vanuit de PMT kunnen een positief effect hebben op de deelnemers. Zo zijn transfers en de therapeutische interventies en attitude ook van belang voor het slagen van het circus. Verder is naar voren gekomen dat het circus een hele brede doelgroep aanspreekt, je een heterogene groep kunt bedienen en dat het een groot voordeel is dat je geen individuele behandel doelstellingen nodig hebt. Het is een hele impliciete manier van behandelen waarin toch alle 7 PMT thema’s naar voren komen. Het social circus is daarmee meer een training te noemen dan een therapie.

Eindconclusie op de vraag: *“Kunnen de 7 PMT thema’s bijdragen aan het social circus, uitgevoerd in het speciale basisonderwijs met kinderen met een negatief zelfbeeld?”* is:

PMT en de daarbij behorende thema’s kunnen absoluut een bijdrage leveren aan het social circus. Dit kan worden gedaan door de PMT thema’s te koppelen aan de hulpvraag van de cliënt en deze te integreren binnen het social circus d.m.v. circusactiviteiten. Door PMT te integreren in het circus wordt er een brede doelgroep bediend en kan er aan uiteenlopende doelen gewerkt worden.

Discussie

Een belangrijk discussiepunt is, dat ik mij in de hoofdvraag: *Kunnen de 7 PMT thema's bijdragen aan het social circus, uitgevoerd in het speciale basisonderwijs met kinderen met een negatief zelfbeeld?* alleen richt op de 7 PMT thema's. Aan het einde van deze scriptie concludeer ik dat de 7 thema's een positieve bijdrage leveren door ze te integreren in het circus. Deze conclusie trek ik uit het literatuuronderzoek dat ik heb gedaan en uit mijn eigen praktijkervaring. Toch kun je niet stellen dat het toevoegen van alleen de 7 PMT thema's het circus positief beïnvloed. Als een PMT'er het social circus zal begeleiden zullen er meerdere PMT- invloeden in het circus integreren. Het is dus moeilijk te onderzoeken wat de invloed van de thema's op zich is.

Om zeker te weten dat de PMT thema's hun bijdrage leveren en op welke wijze dit gebeurt zou je eigenlijk het social circus 2 keer op dezelfde manier moeten uitvoeren. Eén keer uitgevoerd door een PMT'er en één keer door een begeleider die geen verstand heeft van PMT. Als je deze resultaten met elkaar zou vergelijken heb je een nog duidelijker beeld over wat de PMT thema's bijdragen aan het social circus.

Aanbevelingen

Naar aanleiding van deze scriptie staan hieronder aanbevelingen die van toepassing zijn op het uitvoeren van het social circus met PMT invloeden. Deze aanbevelingen worden gedaan vanuit mijn ervaring met het werken met het social circus en de opgedane kennis door deze scriptie. Ik heb deze aanbevelingen toegespitst op het werken met kinderen met een negatief zelfbeeld uit het speciale basisonderwijs.

- Bij het social circus staat voorop dat de weg naar de voorstelling toe het belangrijkste is en niet de voorstelling zelf. Het gaat niet om wie de mooiste, meest spectaculaire trucs doet maar om hoe je jezelf ontwikkeld.
- Een voorwaarde voor het aanbieden van het social circus met PMT elementen is, dat het wordt aangeboden door een begeleider die een PMT diploma heeft of de opleiding volgt en genoeg kennis heeft van PMT. Ook moet hij/zij affiniteit hebben met de doelgroep en het aanbod passend bij de doelgroep kunnen neerzetten .
- Het is belangrijk dat de kinderen weten waarom ze meedoen aan het social circus. Het moet duidelijk zijn dat ze het doen om aan hun eigen leerdoelen te werken. Alleen hierdoor zullen ze zichzelf kunnen ontwikkelen.
- Een andere aanbeveling is om tijd te besteden aan transfers, zodat de deelnemers ook buiten de zaal bezig zijn met hun leerdoelen. Dit is belangrijk omdat de ervaringen en kennis die ze hebben opgedaan buiten de zaal ook geoefend moet worden.
- Het social circus is voor veel deelnemers een hele leerzame ervaring waaruit ze veel zelfvertrouwen kunnen halen. Ik denk dan ook dat het verstandig is om een vervolg te geven aan het circus. Dit kan bijvoorbeeld gedaan worden door een bijeenkomst, een maand na de voorstelling, te organiseren waarin wordt teruggeblikt op het project. Hierin kunnen de deelnemers hun ervaringen aan elkaar vertellen en kan er ook besproken worden wat ze hebben geleerd en of ze dit ook terug weten te vinden in hun dagelijks leven. Hierdoor is er een duidelijke afsluiting voor de deelnemers en wordt de nadruk gelegd op hun leerdoelen.
- Het opdoen van succeservaringen en plezierbeleving zorgen voor het vormen van een positief zelfbeeld. Dit is waar het circus voor een groot deel omdraait. Dus zorg ervoor dat de deelnemers genoeg kansen krijgen om deze ervaringen op te doen!

Geraadpleegde literatuur

- Blink, M van den. (2007) in samenwerking met Hekking, P. Systemische vaktherapie, een introductie voor vaktherapeuten.
- Coeman, J. e.a. (2005) *Gedragwetenschappen 1 (VO) – Groeien & veranderen – leerwerkboek*, Antwerpen: De Boeck.
- Dietvorst, C. van, Velthoven, T. van. (1997). *Begeleiden van ontwikkeling. In theorie en onderwijspraktijk*. Deventer: Kluwer
- Feldman, R.F. (2005). *Ontwikkelings psychopathologie*, blz 298/299. Amsterdam: Pearson Education Benelux B.V.
- Fellingner. P. artikel gebruikt voor het vak BA/PMT, Bewegingsthema's (PMT thema's) een toelichting
- M. Hammink, M.H. (2003). *Psychomotorische diagnostiek binnen het kinder- en jeugdpsychiatrische zorgveld*. Maastricht: Shaker Publishing B.V.
- Hensen W. 2006-2007, *Zelfvertrouwen opbouwen*, Uitg IJsselgroep SON opleidingen
- Kohnstamm, R. (1993) De kleine ontwikkelingspsychologie het jonge kind deel 1. Houten: Bohn Stafleu van Loghum
- N. Lazeron en R. v Dinteren N.L en R.D (2010). *Brein@Work*, Blz 89. Houten: Stafleu.
- R. Leper, (2001). *Circus op school*. Leuven: Paperback.
- R. Maier en W. Smit, R.M. en W.S. (1996). *Hooggeëerd publiek*. Assendelft: De Akelei.
- http://www.praktijkdesleutel.nl/negatiefzelfbeeld_j.pdf Verkregen op 1 november, 2011 v
- <http://mens-en-gezondheid.infonu.nl/diversen/50937-de-nadelen-van-een-negatief-zelfbeeld.html> Verkregen op 1 november, 2011
- http://en.wikipedia.org/wiki/Social_Circus Verkregen op 15 november, 2011
- <http://www.circusschoolhannesenco.nl/buitenland/indexzuidafrika.htm> Verkregen op 10 oktober, 2011
- <http://zp.efp.nl/Basis/Hetbiopsychosocialemodel.html> Verkregen op 7 december 2011
- <http://www.edumax.nl/gedrag.html> Verkregen op 10 oktober, 2011
- www.HBOkennisbank.nl (Verschillende scripties van de HBO kennisbank als voorbeeld voor de vormgeving van deze scriptie).

Bijlagen

Bijlage 1-

DVD van het social circus, uitgevoerd op de Elimschool in April 2011.

Alleen toegevoegd bij de papieren versies vanwege afspeel mogelijkheid.

DVD

Deze test heb ik samen met de kinderen gedaan die hebben deelgenomen aan het social circus op de Elimschool. Het doel van deze test was om te achterhalen of ze inderdaad een probleem hadden rondom hun zelfbeeld en op welk gebied zich dit uitte. De test heb ik gekregen van Dianne Raamstedeboers. Zij was op het moment van mijn stage psychodiagnostisch medewerkster op de Elimschool en zij heeft mij geadviseerd over de keuze van een geschikte test.

Zelfbeeld – invullijst Kinderen

Datum van afname : _____
 Naam : _____ Klas: _____
 Geboortedatum : _____

1 hokje = lijkt helemaal niet op mij

3 hokjes = lijkt veel op mij

2 hokjes = lijkt een beetje op mij

4 hokjes = lijkt helemaal op mij



Netjes/beleefd

--	--	--	--



Bang

--	--	--	--



Bazig

--	--	--	--



Aardig

--	--	--	--



Behulpzaam

--	--	--	--



Vervelend

--	--	--	--



Verdrietig

--	--	--	--



Trots/tevreden

--	--	--	--



Gemeen

--	--	--	--



Vriendjes

--	--	--	--



Huilen

--	--	--	--



Onhandig

--	--	--	--



Ik durf veel

--	--	--	--



slapen

--	--	--	--



Zeggen: Ik vind

--	--	--	--



Vragen, als ik iets niet weet

--	--	--	--



snel boos....

--	--	--	--



Verlegen.....

--	--	--	--

Open vragen

Het allerbeste van mijzelf vind ik: _____

Ik wil graag leren om: _____

Waar ben je goed in op school? Hoe komt dat denk je? _____

Waar ben je niet zo goed in op school? Hoe komt dat denk je? _____

Op wie zou je graag willen lijken en waarom? _____

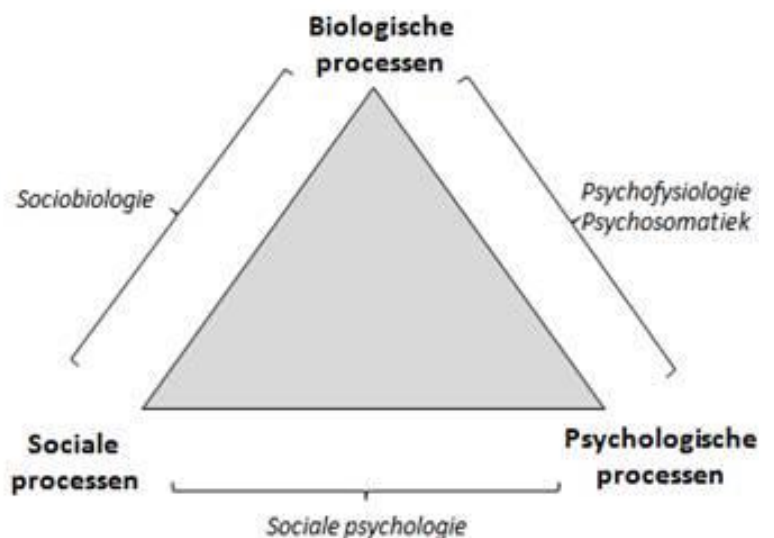
Biopsychosociaal model door Engel

Het biopsychosociaal model is door Engel (1913-1999) ontwikkeld als middel voor een betere zorg. Het model is multifactorieel. Dat wil zeggen dat er meerdere factoren zijn die meespelen bij de ontwikkeling van een kind. Daarnaast is het model circulair. De verschillende factoren hebben onderling invloed op elkaar. Een wijziging op één gebied heeft wijzigingen op alle andere gebieden tot gevolg.

Het biopsychosociaal model is door Engel (1913-1999) ontwikkeld als middel voor een betere zorg. Het model is multifactorieel. Dat wil zeggen dat er meerdere factoren zijn die meespelen bij de ontwikkeling van een kind. Daarnaast is het model circulair. De verschillende factoren hebben onderling invloed op elkaar. Een wijziging op één gebied heeft wijzigingen op alle andere gebieden tot gevolg.

Engel maakt een onderscheid van 3 verschillende gebieden: biologisch, psychologisch en sociaal. Het biologische aspect gaat over onze genen en ons lichaam. Denk aan erfelijke en somatische aandoeningen. Onder het psychische aspect wordt alles begrepen wat met onze persoonlijkheid, onze gedachten, onze overtuigingen, onze gevoelens en onze bezieling te maken heeft, zowel bewust als onbewust. Het sociale aspect omvat onze contacten met de mensen om ons heen: de ouders, broers en/of zussen, de buurt, de school, de cultuur waarin wij opgroeien, etc. Het is het systeem waarin wij functioneren.

Dat onze biologie (het lichaam) invloed heeft op onze gedachten (psychologisch) zijn de meesten onder ons zich wel van bewust. Wanneer je iets voelt in je lichaam heeft dat een gedachte tot gevolg. En ook minder direct, wanneer je vaak pijn hebt, veel ziek bent, een chronische aandoening hebt, zal dat invloed hebben op je stemming en je gedachtepatronen. Iedere gedachte die wij hebben veroorzaakt fysieke veranderingen. Wij merken dit vaak niet op omdat het soms gaat om heel kleine veranderingen. Maar deze kleine veranderingen hebben invloed op heel veel processen in ons lichaam en kunnen dus uiteindelijk grote veranderingen tot gevolg hebben. Een ander voorbeeld is de wisselwerking tussen psychische en sociale aspecten. Onze persoonlijkheid en de manier waarop wij in het leven staan zijn zeer bepalend zijn voor onze sociale contacten. Andersom wordt onze kijk op het leven en ook op onszelf sterk beïnvloed door de ervaringen die wij met anderen hebben.



Bewegingsthema's (PMT-thema's) een toelichting

Inleiding

Zoals in de lessen BA PMT uiteengezet is, proberen we BA van PMT te onderscheiden. Dat er ook overlap kan zijn, is een feit.

Maar strikt gezegd, begeleidt een bewegingsagoog de deelnemer tot het weer deelnemen aan, (of tot het deelhebben, of deel zijn van) onze bewegingscultuur. Dat noemen we ook wel het bestaansveld bewegen. De deelnemers kunnen dat allemaal niet zelf of vanzelfsprekend en hebben daar de hulp van een bewegingsagoog bij nodig. Als ze het wel zelf zouden kunnen, hebben ze geen bewegingsagoog nodig. De deelnemers aan BA zijn allemaal meer of minder beperkt; het zij lichamelijk, hetzij emotioneel (psychisch), hetzij cognitief, dan wel sociaal, waardoor zelf deelnemen aan bewegen lastig is. De beperking hoeft niet te worden opgelost. Er moet echter wel volop mee worden rekening gehouden, om het doel (bewegen weer opnemen in iemands leven) te doen slagen. We zeggen dan ook: bewegen is bij BA het doel.

Bij de PMT draait het erom dat iemand met psychosociale klachten, van zijn klachten af wordt geholpen (of wordt geholpen om de klachten te verminderen), zodat deze klachten op alle gebieden in zijn leven geen (een mindere) rol spelen. De PMT 'er overstijgt daarmee het bestaansveld bewegen tot het gehele bestaansveld.

De deelnemers (cliënten) mogen daarbij best één of meerdere beperkingen op L-E-C-S hebben, ze hebben in elk geval psychosociale last. Zonder deze last, is PMT niet nodig. Om deze last aan te pakken worden doelen gesteld; afhankelijk van de hulpvraag. Bewegen is daarbij een middel om de psychosociale doelen te realiseren.

Bewegingsthema's (PMT thema's)

Uit de inleiding blijkt al dat PMT doelen logischerwijs op het psychosociale vlak liggen. Om het gehele psychosociale leven in kaart te brengen en daarmee alle mogelijk psychosociale problemen, resp. hulpvragen, resp. doelen te ordenen, zijn er 7 thema's geformuleerd. Deze 7 thema's "dekken" het hele psychosociale terrein af. Alle andere psychosociale doelen zijn afgeleid van deze 7 hoofdthema's.

Hieronder staan ze benoemd:

- motorische instrumentele sensibilliteit (M.I.S.)
- motorische sociale sensibilliteit (M.S.S.)
- ruimte
- kracht
- lichaamsbeleving
- vertrouwen
- relaxatie

Wanneer je dus een PMT-insteek kiest (moet kiezen) op je stage, ligt het voor de hand dat je geen bewegingsdoelen formuleert, zoals dat kan met behulp van de betekenisgebieden, maar dat je werkt met de bewegingsthema's zoals hier genoemd.

Bij een betekenisgebied horen bepaalde activiteiten, zoals de trampoline bij springen hoort, maar bij de bewegingsthema's horen geen specifieke activiteiten. Elke activiteit zul je door de context, het arrangement en het bijbehorende bewegingsvoorstel, tot dat thema moeten laten behoren. Zoals je kunt voerballen om ruimte in te gaan nemen, maar ook kunt gaan voetballen om je kracht te leren doseren. Je kunt zelfs voetballen om tijdens het spelletje te gaan kijken welke lichaamssignalen en lichaamsbeleving het bij je teweeg brengt. Daartoe moet je de voetbalactiviteit wel elke keer anders inkleden!

M.I.S.

Motorische instrumentele sensibiteit betekent de gevoeligheid van iemand voor het materiële, voor de voorwerpen (het andere) om hem heen. Sommige mensen stoten zich vaak of hebben weinig tot geen gevoel voor de hardheid, zachtheid, afstand van / tot de dingen. Zoals je met een rugzak op, in de trein soms tegen anderen opbotst, omdat je even wat minder M.I.,S. had met je rugzak op. Of zoals je een dag kunt hebben waarbij je je meer dan anders stoot, iets om laat vallen, tegen iets aanloopt, iets stuk maakt.... Omdat je die dag wat minder goed in contact bent met de dingen om je heen. Als je na een ongeval / trauma anders in je lijf bent komen te zitten (bv. met een dwarslezie), zul je veel opnieuw moeten gaan verkennen rondom M.I.S. Mensen die haast hebben, hebben op dat moment ook vaak een lage M.I.S. Mensen met een verstandelijke beperking kunnen al snoezelend veel bezig gaan met M.I.S. Mensen die vanwege welke psychopathologie dan ook, teveel naar binnen gekeerd zijn, zijn ook minder in contact met hetgeen om hen heen is. M.I.S., of een subdoel daarvan, is dan een zinvol doel.

M.S.S.

Motorische sociale sensibiteit is dan de gevoeligheid die iemand heeft voor de sociale context om hem heen. Voor de ander om hem heen dus. Het gaat dan om het kunnen maken van contact met anderen, kunnen samenwerken met anderen, om de afstand en nabijheid die je inneemt ten opzichte van anderen, Maar ook het hanteren van sociale grenzen, assertiviteit, nee kunnen zeggen, leiding nemen, leiding geven, leiding volgen, rekening houden met elkaar, wachten op elkaar, luisteren naar elkaar, elkaar verdragen, etc... Binnen de PMT worden binnen dit thema heel veel doelen, werkpunten en activiteiten gehanteerd; hier ligt vaak een probleem bij onze hulpvragers.

Ruimte

Hierbij gaat het om het (durven) innemen van ruimte, het delen van ruimte, het bewegen door de ruimte, het maken van een eigen plek, het opeisen van ruimte, etc. Ruimte is hierbij ook een plek, een plaats, een speelveld, Kijk voor de gein maar eens bij een speeltuintje in je buurt; je zult zien dat sommige kinderen met groot gemak door de hele speeltuin bewegen, de schommel durven opeisen, de baas van de glijbaan zijn, of het grote grasveld in bezit nemen. Anderen blijven wat meer aan de zijkant of verdwijnen gauw, als er haantjes de voorsten aankomen. Ze nemen nauwelijks plek in op het grasveld...Zoiets is ook te zien in kleedkamers, (wie neemt hoeveel plek in op de banken, aan de kapstokken), in de klas, in de kantine, in de trein...Mensen gaan verschillend met ruimte om.

Als hier een probleem ligt, maak je van dit thema een doel.

Kracht

Binnen het thema kracht wordt er gewerkt aan het doseren van kracht, of het leveren van kracht, of het (durven) inzetten van kracht, of juist het bewegen met minder kracht (en bv. meer gemak....) Kracht gebruik kan voor iemand die impulsief is, vaak te veel en/of te heftig zijn (soms leidend tot agressiviteit), maar voor een ander is kracht gebruik heel beladen en gerelateerd aan schuld en daderschap, aan aanvallend zijn en ruzie. De truc is om controle te kunnen hebben (te kunnen kiezen) over de kracht die je wilt inzetten bij je handelen. Kortom, overal waarbij een teveel of een te weinig, of een te ongecontroleerde hoeveel kracht wordt gebruikt, kan het zinvol zijn om hier een doel op te maken. Het doel dat je dan maakt zal een afgeleide zijn van het beweegthema kracht.

Lichaamsbeleving

Dit beweegthema spreekt haast voor zichzelf. Het gaat hierbij om hetgeen je aan en van je lijf kan beleven, voelen, waarnemen en betekenis kan geven, tijdens je bewegen en handelen. Soms gaat het over negatieve lichaamsbelevingen, waarbij het een doel kan zijn om je lijf weer meer te gaan waarderen. Soms gaat het over onbekende lichaamssignalen die je kunnen helpen om op tijd te stoppen met activiteiten, werk of andere handelingen. Bv. de astmapatiënt die beter kan aanvoelen wanneer hij weer benauwd wordt en bijtijds maatregelen kan nemen. Of de workaholic die beter voelt wanneer hij weer te lang teveel stress heeft. Soms gaat het binnen dit thema over je lichaam tonen, je lichaam (beter) te leren kennen of over je lichaam (en/of emoties) te voelen. Ook hierover worden in de PMT, zeker binnen LGM, veel doelen geformuleerd.

Vertrouwen

Het gaat hierbij zowel om vertrouwen in jezelf, als om vertrouwen in de ander / het andere. Als er bij iemand problemen liggen op dit gebied, wordt (een sub-)doel omtrent dit beweegthema geformuleerd. Het vertrouwen kan te veel zijn, te weinig zijn of zich bv beperken op een bepaald gebied: jezelf of de ander wel vertrouwen in de zaal, maar niet in het water. Heel vaak weten mensen ook niet hoe het bij henzelf zit met vertrouwen in zichzelf en/of de ander; dat zal je dan middels een verkennend doel binnen dit beweegthema kunnen uitzoeken. Ook is het dan interessant waarop voor iemand vertrouwen of wantrouwen is gebaseerd. Ook dat kan een subdoel binnen dit thema zijn.

Relaxatie

Relaxatie is een ander woord voor ontspanning en heeft dan ook alles te maken met het wel / niet / meer / minder ontspannen zijn. Het kunnen ontspannen, het weten wanneer spanning / ontspanning goed of slecht voor je is, het toepassen van ontspanningstechnieken, het ervaren van spanning en ontspanning, het controle hebben over je eigen spanning en ontspanning en (heel belangrijk:) het weten wàt jou doet ontspannen (drijven in warm water, een potje badminton, liggen op een matje, luisteren naar muziek: Al deze werkpunten vallen onder dit laatste beweegthema.

Ten slotte

Als je straks gaat werken met beweegthema's, dan ben je dus al meer bezig met PMT, dan met BA. Dat betekent dat je dus doelen formuleert vanuit een psychosociale hulpvraag en dat je een psychosociaal antwoord geeft waarbij je bewegen als middel gebruikt.

De kunst wordt dan om je doel van de bijeenkomst zo te formuleren dat het een afgeleide is van één van de 7 PMT thema's en dat je deze afgeleide (het werkpunt of subdoel) voldoet aan de vormvoorwaarden.

Pas daarna probeer je activiteiten te verzinnen, waarbij deze doelstelling opgeroepen zou kunnen worden. Bijvoorbeeld een activiteit waarbij de deelnemer/cliënt het psychosociale beweegthema tegen kan komen zoals: boksen tegen een boksbal. Hierbij kom je gemakkelijk iets rondom kracht tegen, maar minder gemakkelijk iets rondom ruimte. Bij een potje basketbal kom je gemakkelijk iets rondom M.S.S. tegen, bij fitness weer niet.

Het psychosociale beweegthema staat dus voorop; daaruit volgt een bewust gezochte en gekozen activiteit... dat is net even anders dan ABI (stage 1^e jaar). Soms lastig, maar wel leuk!! In ieder geval gereedschap van elke PMT'er.

Pauline Fellingner