

1. Personalia

a. **Geboortedatum en plaats**

Ik ben geboren op 26 april 1984 in Roosendaal

b. **Opleidingen:**

HBO Vrijtijdsmanagement (Bsc.) – NHTV Breda

WO Orthopedagogiek (Msc.) – Universiteit van Amsterdam

c. **Werkzaamheden**

Eigenaar van Jaxie! Orthopedagogische Praktijk waar ik samen met mijn team van 4 orthopedagogen en 1 GZ-psycholoog kinderen en jongeren op laagdrempelige wijze diagnosticeer en behandel voor alle uiteenlopende sociaal-emotionele problemen.

d. **Verloop**

Na mijn Havo-opleiding ben ik Vrijtijdsmanagement gaan studeren in Breda, voornamelijk vanuit de droom om evenementen te organiseren voor kinderen. Kinderen in hun belevingswereld bereiken, hen te verrassen en hen weer “even echt kind te laten zijn” heeft mij altijd geboeid. In het laatste jaar van mijn opleiding mocht ik deelnemen aan een uitgebreid afstudeertraject waarbij je jouw eigen afstudeeronderwerp mocht kiezen en vakken van andere opleidingen hierbij mocht volgen. Mijn uitgangspunt werd het “weer even kind mogen zijn”, met daartegenover het verschijnsel van druk en stressgevoelens bij kinderen. Dit onderwerp was destijds nog vrij nieuw. Mijn idee is toen uitgegroeid tot een groot project waarbinnen ik een “fantasietherapie” heb ontwikkeld die ik bij kinderen op basisscholen heb mogen testen. Het bleek een groot succes te zijn! Het werkte heel goed tegen problemen zoals stressgevoelens en faalangst, maar bleek ook te helpen bij kleine probleempjes zoals nét iets te verlegen zijn of je nét iets vaker een beetje somber of verdrietiger te voelen dan andere kinderen. Mijn project werd beloond met de Joop Jansen-scriptieprijs. Vanaf dat moment wist ik ook dat ik meer wilde in het contact met kinderen en me veel verder wilde verdiepen in de psychologie van kinderen. Een universitaire opleiding tot orthopedagoog volgde aan de Universiteit van Amsterdam. Tegelijkertijd heb ik de opleiding tot kinderyoga-docente gevolgd. Ik vond het een heerlijke combinatie: enerzijds de onmisbare wetenschappelijke kennis en anderzijds de creativiteit en fantasie die perfect in te zetten zijn als behandelvormen om dichterbij het eigen gevoel van kinderen en jongeren te komen. In de masterthesis heb ik de fantasietherapie van het HBO en de opleiding Kinderyoga kunnen combineren met de wetenschappelijke orthopedagogische kennis en samengebracht in de ontspanningsmethode “Mind Magic”. Deze uitgangspunten zijn nu in mijn eigen praktijk ook de uitgangspunten: de laagdrempeligheid van spel en creativiteit en het inleven in de belevingswereld van kinderen hou ik nog steeds dagelijks bij me, want ik heb het ervaren als een rechtstreekse weg naar een oprecht en open contact met het kind.

2. Waar ging de winnende scriptie over?

Mind Magic- Ontwikkeling en onderzoek van een ontspanningsgerichte interventie voor vermindering van stress en psychosomatiek bij gedragsmatig geïnhibiteerde versus gedragsmatig geactiveerde kinderen

a. Wat was de probleemstelling

Kan deelname aan het ontspanningsprogramma Mind Magic stressgevoelens en psychosomatische klachten bij zowel gedragsmatig geïnhibiteerde als gedragsmatig geactiveerde kinderen verminderen en het gevoel van ontspanning in het lichaam, de gedachten en het gevoel van zelfwaardering vergroten?

b. Hoe is dat onderzocht

Door selectie van 4 basisschoolklassen, welke in 2 experimentele groepen 2 controlegroepen ingedeeld zijn. Er zijn voor- en nametingen uitgevoerd op basis van samengestelde vragenlijsten waarin de BIS/BAS-schalen, de Somatic Complaint List en de Non Productieve Denkprocessen voor Kinderen verwerkt zijn.

c. Wat waren de resultaten

Deelname aan Mind Magic bleek voor een significante afname van stressgevoelens en psychosomatische symptomen te zorgen en voor een grotere mate van ontspanning, wat in het bijzonder van toepassing op kinderen met een hoge mate van inhibitie in het gedrag. Daarnaast beoordeelden kinderen deelname aan Mind Magic als zeer plezierig.

3. Korte terugblik

a. Hoe kijk je terug op de scriptie (heb je er wat mee gedaan, heeft het tot iets geleid?)

Ik kijk heel positief terug op mijn scriptie. Het heeft mij de kans gegeven om een stuk van de orthopedagogiek te onderzoeken dat ik zelf heel interessant vond en waar ik zelf graag mee verder wilde gaan. De methode Mind Magic heb ik in mijn eigen praktijk steeds toegepast en is de reden geweest dat mijn praktijk opgevallen is bij huisartsen en kinderartsen, die nu heel structureel naar mijn praktijk doorverwijzen. Vaak voor Mind Magic, omdat het goed werkt voor kinderen met psychosomatische klachten en zij het heel fijn vonden dat er eindelijk iets wetenschappelijk onderbouwd was. Mind Magic is de basis geweest voor mijn eigen praktijk die ik eerst alleen aan huis voerde en daardoor nu doorgegroeid is tot een zelfstandige praktijk met 5 extra werknemers erbij.

b. Idem op opleiding (sterke/zwakke kanten)

Ik vond de universitaire opleiding tot orthopedagoog een verademing voor wat betreft de wetenschappelijke kennis en de zelfstandigheid in het studeren. Ook de vrijheid die ik gekregen heb bij mijn masterthesis vond ik echt motiverend. Ik vond het wel jammer dat er in de opleiding zelf eigenlijk enkel ruimte is voor de “officiële gezondheidszorg” en er echt toegewerkt wordt naar een doorstroming tot de opleiding tot GZ-psycholoog waar diagnostiek in eerste

instantie een belangrijker onderdeel inneemt dan behandeling. Ik vond het soms moeilijk om aan mijn eigen ideeën over jeugdgezondheidszorg vast te houden en hier een eigen identiteit in te behouden. Aan de andere kant denk ik, met de ervaring die ik nu heb, dat dit voor de opleiding ook niet mogelijk was geweest. Nu ik me als eigenaar van een eigen orthopedagogische praktijk actief inzet voor meer laagdrempeligheid in de begeleiding en therapie aan kinderen en jongeren én meer nadruk leg op behandeling alvorens te diagnosticeren, merk ik ook dat er nog heel veel deuren opengetrapt moeten worden. Het hele werkveld is meer ingesteld op de officiële gezondheidszorg. Gelukkig lukt het wel om die deuren stukje bij beetje te openen, maar het blijkt toch vernieuwender te zijn dat het voor mijn eigen gevoel was.