

SPORT YOU2! EN AUTISME

EEN KIND MET AUTISME IN DE SPORTVERENIGING

Voor mensen met autisme kan sporten een bron van stress vormen, terwijl sport goed is voor ontspanning en conditie. Deze flyer geeft trainers en begeleiders informatie over begeleiding; welke behoefte hebben kinderen en jongeren met autisme (autisme spectrum stoornis) en hoe kun je als begeleider hier op inspelen?

AUTISME IN HET KORT

Autisme is een **contactstoornis**; de prikkelverwerking van mensen met autisme verloopt anders dan bij mensen zonder autisme. Hierdoor ontstaan er met name problemen op het gebied van **communicatieve vaardigheden, sociale interactie** en **verbeelding**.

Autisme is een **pervasieve ontwikkelingsstoornis** en heeft daardoor invloed op de ontwikkeling en het totale functioneren van een persoon. Dus ook op het gebied van vrije tijdsbesteding en sport.

EEN KIND MET AUTISME IN DE GROEP, HOE GA JE HIER MEE OM?

Een trainer vervult een sleutelrol tussen het kind met autisme en zijn of haar omgeving. Als er een kind met autisme in de groep komt, is het van belang dat de trainer er voor open staat en bereid is zich hiervoor (extra) in te spannen.

Een kind met autisme heeft enorm veel behoefte om het goed te doen. Het wil ontzettend graag begrepen worden en anderen begrijpen. Succeservaringen zijn dan ook belangrijk en dragen bij aan het zelfvertrouwen van een kind.

Als je het gedrag van het kind en de achterliggende problematiek kent, is het makkelijker er op in te spelen. Daarom is het nodig het kind te observeren en zo een beeld te krijgen waar de mogelijke stress bij het sporten zich kan voordoen en welke **handleiding of oplossing** bij dit kind past. Daarnaast zijn ouders vaak bereid actief mee te denken over de aanpak, zij willen graag dat het goed gaat met hun kind. Benut hun ervaringskennis en probeer samen op te trekken als het gaat om afstemming en voorbereiding.

WAARIN KAN AUTISME ZICH UITEN? HET KIND....

- ... kan lege momenten niet vullen en houdt niet van onverwachte dingen
- ... reageert op iets wat jou als begeleider volledig is ontgaan
- ... begrijpt de opdracht niet of komt niet tot uitvoering van de opdracht of activiteit
- ... heeft specifieke belangstelling of interesses
- ... heeft van nature weerstand tegen nieuwe situaties
- ... sluit zich af of is juist erg overheersend aanwezig
- ... heeft moeite met aanraking

UITGANGSPUNTEN VOOR HET SPORTEN

- Maak groepjes, dit geeft ruimte voor individuele aandacht
- Deel zelf de groepjes in, keuzes maken is vaak moeilijk
- Speel mee en geef richting aan het groepsgebeuren
- Een kind heeft tijd nodig om iets te leren. Veel herhaling is noodzakelijk zodat een handeling inslijt en het kind zelf standig mee kan doen
- Maak de sport behapbaar door gefaseerd elementen aan te bieden. Zo kan het kind zich de sport stapsgewijze eigen maken en wordt het makkelijker om mee te doen
- Kinderen met autisme hebben vaak moeite met een team-sport zoals basketbal; in de basket gooien kan een mooie aanloop zijn
- Geef informatie over wat er van het kind verwacht wordt en hoelang die verwachting geldig is
- Vertel waar en wanneer de opdracht plaatsvindt en hoe het verloop van de concrete uitvoering is

OMGAAN MET LASTIGE MOMENTEN EN ONGEWENST GEDRAG

Lastige momenten beginnen vaak thuis al door weerstand tegen de nieuwe situatie. Eenmaal op de club is het voor kinderen met autisme moeilijk als de tijd niet gevuld is: voordat de les begint, in de pauze, na afloop. Maar ook: wachten op je beurt. Als er bij aanvang van de les ouders en trainers tegelijk aanwezig zijn kan dit verwarrend werken en onrust geven.

VERDUIDELIJKING EN VOORSPELBAARHEID

- Een groepsopdracht voor iemand met autisme is erg ingewikkeld: als een onderdeel van de les is uitgelegd, check dan (individueel) of de opdracht begrepen is
- De kans is groot dat wat geleerd is in les 1, in les 2 weer vergeten is. Vaak herhalen is nodig
- Afspraken zijn afspraken en dat biedt houvast

HOE GA JE OM MET ONGEWENST GEDRAG?

- Spreek uit, welk gedrag je hebt gezien
- Benoem dat je dit niet wilt
- Spreek zo concreet mogelijk uit wat je wel verwacht
- Vraag of het kind je heeft begrepen
- Laat het doen wat je hebt afgesproken
- Complimenteer het kind voor de nieuwe stappen

EN VERDER HELPT...

- ... *vaste en rustige begeleiding (geen stemverheffing)*
- ... *vooraf informeren over wat er gaat gebeuren en ga daarbij na of de informatie is binnengekomen*
- ... *concreet geformuleerde opdrachten in tijd, plaats en ruimte*
- ... *het vermijden van onrust door teveel aanwezige ouders, spreek af wanneer de ouders het kind weer onder hun hoede nemen*
- ... *het vermijden van lege momenten; geef dan een extra opdrachtje als pionnen verzamelen*
- ... *een vaste plek in de kleedkamer en spreek een ontsnapingsplek af waar het kind rustig kan zitten*
- ... *het inbouwen van rituelen zoals een glaasje limonade ter afsluiting*

MEER INFORMATIE

Zie voor meer informatie ook de brochure 'SportYou2: Sport en Autisme' en de flyer 'Wat is een stoornis in het autisme spectrum?' of kijk op www.sportprojectyou2.nl

STICHTING
Ovaal www.stichtingovaal.nl
info@stichtingovaal.nl

