



Gamen is voor een groot aantal personen met autisme superfijn. Dat komt doordat het zo goed rekening houdt met de typische kenmerken van autisme. Denk eens aan het kenmerk 'alles zelf willen bepalen, zonder rekening te houden met anderen'. Nou, dat kan in veel games prima! Heb je toevallig ook nog eens een heel creatief en snel brein, dan kun je je helemaal uitleven in constructiespellen en puzzelspellen!

Sommigen houden van steeds repeterende patronen, die in bepaalde games goed te vinden zijn. Kinderen met autisme worden daar rustig van. Het rustig worden door computeren is iets wat vaker voorkomt, omdat veel spellen ook de mogelijkheid geven om je in je eigen wereld terug te trekken, daar waar je zelf mag bepalen wat er gebeurt. Heerlijk toch?

Succes en vrienden

Veel jonge mensen met autisme twijfelen ook vaak aan zichzelf en vragen zich af waarom ze de wereld zo moeilijk begrijpen. Via de games kunnen ze ook succeservaringen krijgen, wat goed is voor hun eigenwaarde. Games kunnen tevens een hulpmiddel zijn om vrienden te maken. Vrienden maken is voor sommigen een moeilijk punt, net als de sociale interactie met anderen. Via de computer is dit vele malen eenvoudiger en je hoeft ook nog eens geen oogcontact te houden! Heel autisme-vriendelijk dus. Wanneer er echter een gameverslaving dreigt, kan Stichting Klimkoord hulp bieden. Zie ook www.klimkoord.nl.

“
OP EEN
GEZONDE
MANIER OMGAAN
MET EEN
COMPUTER



BEGELEIDING VOOR JONGEREN MET AUTISME

Gamen is (te) autisme-vriendelijk!

HULP BIJ DREIGENDE GAMEVERSLAVING

Stichting Klimkoord is een koepelorganisatie voor zelfstandige professionals die zich inzetten voor ADHD en/of autismezorg. De stichting heeft coaches (ambulante begeleiders) die zich richten op een specifiek onderdeel van het leven van jongeren met ADHD en/of autisme, namelijk het gamen en het omgaan met vrije tijd. De Game-Coach is een steeds vaker geziene begeleider die aan de slag gaat met een jongere die het gamen 'te leuk' vindt.

Vooraf jongeren van 10 tot 25 jaar die veel uren actief achter de computer bezig zijn met internet, YouTube kijken en gamen, kunnen een verslaving ontwikkelen; een grote angst van ouders. Maar boeken lezen is nu steeds meer uit de mode en de computer is in geen enkel huishouden meer weg te denken.

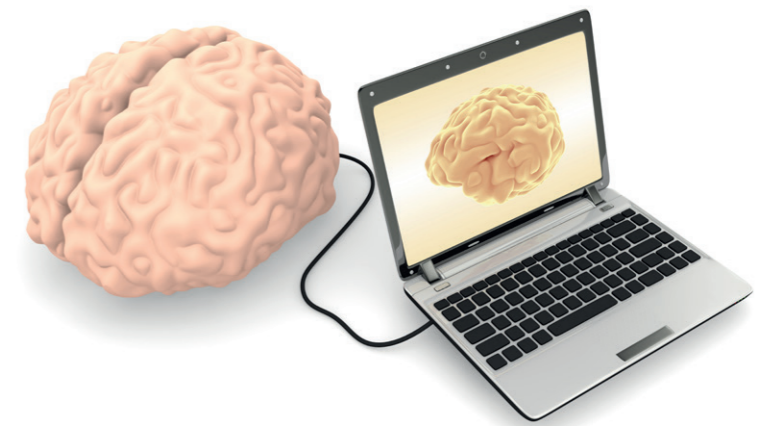
Wat doet een Game-Coach?

De Game-Coach gaat in gesprek met een jongere en kijkt naar een gezonde manier van omgaan met een computer en het gebruikmaken van beeldschermen (inclusief de telefoon). Ook wordt er gewerkt aan het bewustzijn van de jongere over zijn gamegedrag.

Het 7-stappen-plan van de Game-coach

- 1) Vaststellen fysieke en emotionele toestand tijdens het gamen. Hierbij kunnen hersengolven, hartslag en zuurstofgehalte in het bloed gemeten worden.
- 2) Lekker zelf gamen (met tijdsafspraken)
- 3) Samen met anderen gamen
- 4) Samen met anderen live praten over gamen
- 5) Je talenten die je inzet bij gamen in kaart brengen
- 6) Je talenten in de echte wereld inzetten en de voldoening daarvan ervaren!
- 7) Balans herstellen!

Kan iemand bijvoorbeeld gemakkelijk stoppen? Zit iemand op het puntje van zijn stoel of zit hij juist ontspannen onderuit? Wat doen de hersenen? Bij jongeren met autisme geeft de computer vaak een rustig gevoel in het hoofd en kunnen ze zich even terugtrekken in hun eigen wereld. Dat is voorspelbaar en plezierig! De noodzaak is er ook vaak omdat het best moeilijk kan zijn om alle prikkels op een dag te verwerken. Maar te veel computeren is natuurlijk niet gezond. De Game-Coach helpt om de juiste balans te vinden.



Ondersteuning bij autisme

Als ADHD- en autismecoach maak ik gebruik van vele coachtechnieken en hulpmiddelen, zoals Brain Blocks, NLP en 'Voorspelbaar opvoeden'. Ik help als pedagoog en ervaringsdeskundige met name jonge gezinnen waar gedragsproblemen aan de orde zijn.

Ik heb eigen klanten en klanten die via Stichting Klimkoord op zoek zijn naar de wat zwaardere en complexe ondersteuning in de regio Westland. Tegenwoordig zijn neurofeedback en Game-Coaching ook onderdelen waar ik mij mee bezighou, naast de reguliere gezinsbegeleiding bij gezinnen.

Neurofeedback

Bij neurofeedback worden er elektroden aangesloten op het hoofd en meten we hersengolven, oftewel de hersenactiviteit. Zo kunnen we ontdekken of iemand geluidgevoelig is of juist niet en of iemand rustig wordt van muziek of juist van computeren. Het meten van wat er gebeurt in de hersenen als iemand gaat computeren is verschillend bij iedereen. De één is overmatig alert en actief en de ander wordt rustig. Mooi als dit in beeld wordt gebracht!

Game-tijd en echte leven

Bij Game-Coaching houden we ons aan een 7-stappen-plan, waarbij we de balans gaan vinden tussen game-tijd (gaming) en tijd in het echte leven (real life). Van gamen naar samen gamen en meer naar het gebruiken van je talenten in de echte wereld geeft veel inzichten. Hierdoor wordt duidelijk dat in het werkelijke leven een succeservaring ook veel voldoening geeft en is de computer minder belangrijk dan de persoon zelf!

Coachpraktijk 4Specials | Paula Zandstra | Linde 5, 2671 PJ Naaldwijk | 06-51016393
info@4specials.nl | www.4specials.nl

Stichting Klimkoord | Naaldwijk, Sassenheim, Fijnaart
info@klimkoord.nl | www.klimkoord.nl

