

DCD, wat moet je ermee?

Developmental Coordination Disorder (DCD) is een veel voorkomende motorische coördinatiestoornis. Zo'n vijf procent van de leerlingen op school heeft DCD. Dit betekent dat in elke klas ongeveer één leerling met DCD zit. Toch is DCD voor veel vakdocenten bewegingsonderwijs nog een onbekende term. In dit artikel wordt uitgelegd wat DCD is, hoe je DCD als vakdocent bewegingsonderwijs kunt herkennen en welke begeleiding je kunt inzetten tijdens de lessen bewegingsonderwijs. | Jantine Witteveen, Marcel Bouwhuis, Johannes Noordstar en Jolien van den Houten

Tijn

Bijna alle jongens willen voetballen in de pauze. Tijn zou wel willen meedoen, maar hij weet dat hij de bal niet toegespeeld zal krijgen, omdat hij de bal meestal snel verliest. Hij loopt dus maar wat over het plein en kijkt af en toe wat bij de andere kinderen. Het maakt hem verdrietig. Hij voetbalt soms met zijn vader, maar ook dan belandt zijn bal meestal in de bosjes. Sinds kort gaat Tijn naar therapie en leert hij hoe hij de bal moet aanpakken, hoe hij kan dribbelen met de bal en hoe hij de bal kan afspeelen. Tijn merkt dat hij beter wordt in voetbal. Hij snapt nu wat zijn benen moeten doen. Binnenkort gaat hij weer eens vragen of hij mag meedoen met de andere kinderen op het schoolplein.

Leerlingen met (een vermoeden van) DCD vallen vaak op door hun onhandige motoriek. Lopen en rennen gaan vaak wat houterig en het duurt langer om nieuwe beweegactiviteiten te leren, zoals het op de juiste manier vastpakken van een hockeystick. Vaak hebben deze leerlingen ook moeite met vangen, gooien, het aannemen van een bal en spelinzicht. Leerlingen met DCD vinden snelle richtingsveranderingen in een spel vaak lastig en zijn daardoor ook vaak net te laat.

Natuurlijk kun je niet zeggen dat alle onhandige kinderen DCD hebben. Een gebrek aan (beweeg)ervaring kan bijvoorbeeld ook ten grondslag liggen aan

moeite met beweegactiviteiten. Wanneer er sprake is van te weinig (beweeg-) ervaring, merk je in de gymles dat deze leerlingen snel leren wanneer ze de juiste instructies krijgen en goed oefenen. Bij leerlingen met (een vermoeden van) DCD moeten instructies veel herhaald worden en is het leereffect klein.

Voor leerlingen met (een vermoeden van) DCD is het geen onwil om goed mee te doen, maar onmacht. Het lukt hen gewoon niet om de bal goed te raken of om over de onderkant van een 'Zweedse bank' te lopen. Deze leerlingen gaan beweegactiviteiten vervolgens vermijden. Ze komen bijvoorbeeld niet in de buurt van

de bal tijdens een spel of vertonen clownesk en ander storend gedrag. Leerlingen in het voortgezet onderwijs met DCD vermijden soms zelfs de les door te zeggen dat ze ziek zijn.

Al sinds de jaren '90 is er wereldwijd consensus over het bestaan van DCD. Er zijn duidelijke criteria opgesteld voor het diagnosticeren van DCD, zie kader met de definitie van DCD conform de DSM-5.

Kinderen met DCD voldoen aan de volgende vier criteria:

- De prestaties op motorische taken zijn beduidend zwakker dan die van leeftijdsgenoten. Dit wordt in Nederland gemeten met de Movement-ABC-2 (Henderson, Sugden en Barnett, 2007), door een kinderfysiotherapeut, ergotherapeut of kinderoefentherapeut.
- De leerling heeft zowel thuis als op school duidelijk hinder van de zwakke motoriek. Denk daarbij aan het zich zelfstandig aankleden, brood smeren, fietsen, schrijven, knippen, knutselen, zwemmen en meedoen aan het bewegingsonderwijs. Dit wordt op basis van een gesprek en

De definitie van DCD conform de DSM-5

DCD is bij de classificatie opgenomen in de groep: Neurologische ontwikkelingsstoornissen en staat als eerste aandoening onder een subgroep met de naam: Motorische stoornissen (315.4 Coördinatieontwikkelingsstoornis). DCD wordt conform DSM-5 (APA, 2013) gedefinieerd aan de hand van de volgende 4 criteria:

- Het verwerven en uitvoeren van gecoördineerde motorische vaardigheden verloopt substantieel onder het niveau dat verwacht mag worden gezien de kalenderleeftijd van de betrokkene en zijn of haar mogelijkheden om deze vaardigheden te leren en te gebruiken. De moeilijkheden komen tot uiting in onhandigheid (zoals dingen laten vallen of ergens tegenaan botsen) en een trage en onnauwkeurige uitvoering van motorische vaardigheden (zoals iets vangen, gebruik van een schaar of bestek, schrijven, fietsen of sporten).
- De deficiënties in motorische vaardigheden van criterium A interfereren significant en persisterend met de algemene dagelijkse levensverrichtingen (ADL) passend bij de kalenderleeftijd (zoals zelfverzorging en voorziening in levensonderhoud) en hebben invloed op de schoolprestaties, voorbereidende beroepsactiviteiten, beroepsactiviteiten, vrijetijdsbesteding en spel.
- De symptomen beginnen in de vroege ontwikkelingsperiode.
- De deficiënties in de motorische vaardigheden kunnen niet beter worden verklaard door een verstandelijke beperking (verstandelijke-ontwikkelingsstoornis) of visusstoornis en kunnen niet worden toegeschreven aan een neurologische aandoening die invloed heeft op beweging (zoals cerebrale parese, spierdystrofie, een degeneratieve stoornis).

vragenlijsten voor ouders en school uitgezocht.

- De problemen zijn aanwezig sinds de vroege kindertijd.
- De problemen zijn niet het gevolg van een andere medische aandoening, zoals een hersenbeschadiging of spierziekte. Dit wordt beoordeeld door een arts (Blank et al, 2018). In Nederland wordt dit door een revalidatiearts beoordeeld.

De diagnose DCD wordt pas vanaf het vijfde levensjaar gesteld. Voor die leeftijd is er nog te veel variatie in de normale motorische ontwikkeling. DCD komt ongeveer drie keer zo vaak voor bij jongens als bij meisjes. In veel gevallen zijn er ook andere ontwikkelingsproblemen, zoals psychosociale problemen en/of problemen met schoolse vaardigheden.

Gevolgen van DCD

Problemen met bewegen en de motoriek reiken verder dan de gymzaal. Ze hebben impact op het hele dagelijkse leven van leerlingen. Leerlingen met DCD moeten bij vrijwel elke handeling die ze uitvoeren, van het smeren van een boterham tot het schrijven van een letter, nadenken over hoe ze dit moeten doen. Het is voor kinderen met DCD erg moeilijk om bewegingen te automatiseren. Leerlingen met DCD zitten aan het einde van de dag vaak uitgeput op de bank doordat de dagelijkse (beweeg-) activiteiten zoveel energie kosten.

Kinderen met DCD worden op het schoolplein en in hun vrije tijd vaker buitengesloten bij sport- en spelactiviteiten, omdat hun onhandige beweeggedrag het spel vaak verstoort. Zij missen daardoor ook het plezier van samen bewegen. Ook missen ze hierdoor de mogelijkheid om sociale vaardigheden te ontwikkelen en vrienden te maken. Kinderen met DCD hebben dan ook vaak een lager zelfvertrouwen.

Signalering

De gevolgen van DCD hebben vaak een langdurige impact op het leven van kinderen met DCD. Vaak wordt gedacht, en wellicht gehoopt, dat kinderen met DCD hun problemen zullen overgroeien, maar dit is niet het geval. Veel kinderen met DCD ervaren ook tijdens de adolescentie en volwassenheid nog problemen

door hun motorische onhandigheid (Cantell, Smyth en Ahonen, 1994, Helligren et al., 1993, Losse et al., 1991). Het is daarom van belang om alert te zijn op leerlingen die voortdurend achterlopen tijdens het (bewegings)onderwijs.

Wanneer opvalt dat een leerling houterig beweegt, opvallend vaak moeite heeft met het vastpakken van materiaal en/of vaak moeite heeft met timing en spelinzicht, bespreek deze bevindingen dan met de leerkracht van deze leerling. Mogelijk herkent de leerkracht deze onhandigheid ook. De leerkracht kan de opvallendheden in de motoriek ter sprake brengen bij ouders. Heel vaak herkennen ouders de problemen in de motoriek thuis ook. Hun kind deed bijvoorbeeld lang over het leren fietsen of zwemmen, of is thuis onhandig met alledaagse dingen, zoals douchen, veters strikken en drinken inschenken. De poster 'Heeft Renee DCD?' bevat kenmerken die vaak voorkomen bij kinderen met DCD. Deze poster kan helpend zijn tijdens het gesprek met ouders.

Scan of klik *hier* naar de poster 'Heeft Renee DCD?'



Ouders zijn in veel gevallen blij met de (h)erkenning. Gemiddeld genomen kost het ouders ruim 3 jaar om de juiste hulp te vinden voor hun kind met DCD (Lust et al., 2021). Het komt geregeld voor dat er al hulp gezocht is in de psychosociale sector, wat bij deze kinderen niet voldoende recht doet aan het onderliggende probleem, namelijk het motorisch functioneren. (Zie de poster op de volgende pagina). De Nederlandse Richtlijn DCD adviseert om bij motorische onhandigheid eerst thuis en op school een periode gericht aandacht te besteden aan de motoriek. Aan het einde van dit artikel staan samenvattende adviezen. Zorg dit voor onvoldoende resultaat, dan is het advies om leerlingen gericht te laten oefenen. Dit kan bij een kinderfysiotherapeut, ergotherapeut

of kinderoefentherapeut. Ouders kunnen zelf een afspraak maken met een therapeut. Ze hebben hier geen verwijzing van de huisarts voor nodig. Wanneer er na 3 tot 4 maanden weinig verbetering te zien is, kan de therapeut de leerling doorverwijzen naar een multidisciplinair DCD-team in een revalidatiecentrum. Dit multidisciplinaire DCD-team bestaat in ieder geval uit een revalidatiearts, psycholoog, kindtherapeut en maatschappelijk werker. Zij onderzoeken of er daadwerkelijk sprake is van DCD en sturen een eventueel behandeltraject aan. Het behandeltraject bestaat veelal uit het aanleren van leerstrategieën. Leerlingen met DCD leren dan hoe zij te werk moeten gaan om de grootste kans op succes te hebben. Leerlingen ondersteunen bij het zelf oplossen bedenken voor waar zij tegenaanlopen, blijkt een effectieve aanpak te zijn.

Een leerling met (een vermoeden van) DCD in de les

Leerlingen met DCD hebben vaak al moeite met kleine deelstappen van een activiteit. Het op de juiste manier vasthouden van het slaghout bij slagbal kost bijvoorbeeld al veel moeite. Beloon leerlingen voor de inspanning om dit te leren. Focus daarbij op de inzet. Voor de uitvoering kun je de leerling complimenteren met concrete feedback: 'Ik zag dat je voeten al goed uit elkaar stonden en je goed keek naar de naderende bal. Heel mooi! 'Probeer nu het slaghout met twee handen vast te houden en goed door te zwaaien'. Houd er rekening mee dat automatiseren veel tijd kost, dus dat het een volgende keer niet direct lukt. Instructies moeten bij deze leerlingen vaker herhaald worden. Refereer daarbij aan de eigen kennis. 'Weet je nog...'. Buijg de mindset om van presteren, naar 'iedereen mag meedoen'. Het is belangrijk dat de leerlingen plezier houden in sport en bewegen. Zet daarom in op het opdoen van succeservaringen.

Samenvattende adviezen voor deelname in de gymlessen

- Werken in kleine niveaugroepen is een gunstige situatie voor leerlingen met DCD en ook voor

Noot bij de poster

Vakdocenten laten leerlingen gelukkig niet meer zelf kiezen, om de minder soepele leerling niet altijd als laatste in een team te laten komen. De docent die teams indeelt, houdt rekening met een evenwichtige verdeling van leerlingen. Elke minder soepele leerling weet en voelt dat er rekening met zijn capaciteiten gehouden wordt. Gelukkig kiest een vakdocent een leerling tegenwoordig nooit meer als laatste. De poster geeft in korte bewoordingen het gevoel van de leerling aan. Wees als vakdocent hiervan bewust bij het indelen van teams. Overleg met collega-vakdocenten of andere items van de poster ook herkenbaar zijn.

Heeft Renee
DCD?

Signalen van motorische problemen bij kinderen
Developmental Coordination Disorder (DCD)

Renee heeft moeite met leren fietsen en zwemmen

De chocolapasta zit meer op de handen dan op het brood

Renee beweegt onhandig, stoot zich vaak en struikelt regelmatig op het schoolplein en tijdens de gymles

Renee vindt luisteren en tegelijkertijd dingen doen moeilijk

Renee weet vaak niet hoe te beginnen

Renee knutselt niet graag en het schrijfwerk is niet goed leesbaar

Renee speelt de clown als het lastig wordt

Renee maakt voortdurend een rommelletje om zich heen

Renee wordt tijdens de pauze niet snel gevraagd om met anderen te spelen. Bij de gymles wordt Renee vaak als laatste gekozen

Renee krijgt de knoop van de broek en blouse niet dicht. Ook veters strikken is lastig

Herkent u één of meerdere signalen?
Kijk dan voor meer informatie op: www.balansdigitaal.nl

Revalidatie Friesland | BALANS | FYSIOTHERAPEUT GOSTERWOLDE | kinder fysiotherapie leuwarden | STEUNPUNT onderwijs noord | DE TRIEME | het Noorderlicht

medeleerlingen. Er is vaak beter overzicht en meer gelegenheid om bij de activiteit betrokken te blijven.

- Leerlingen met DCD hebben veel baat bij visuele ondersteuning tijdens de instructie, dus een voorbeeld geven is helpend.
- Differentiatie aanbrenge in activiteiten, waardoor leerlingen met DCD succeservaringen kunnen (blijven) opdoen. (Vak)leerkrachten moeten dit in de voorbereiding meenemen.

- Zorg dat leerlingen met DCD in hun eigen tempo kunnen werken. In stroomvorm werken is geen helpende organisatievorm.
- Leerlingen met DCD hebben veel baat bij extra ondersteuning vanuit nabijheid. Bijvoorbeeld bij de start van activiteiten die een leerling met DCD (nog) moeilijk vindt. Als iets echt niet lukt, dan is een alternatief nodig!
- Gebruikmaken van aangepaste (spel)materialen en regelgeving, waarbij leerlingen met DCD zelf de

regie mogen voeren of er gebruik van maken.

- Help leerlingen met DCD om zelf oplossingen te bedenken, door als leerkracht vragen te stellen, voor te doen en samen een werkwijze te bedenken.

Meer informatie over DCD

In het dossier DCD op de website van www.balansdigitaal.nl staat niet alleen meer informatie over DCD, maar zijn ook verschillende materialen te downloaden zoals een onderwijskaart DCD. ●

Websites:

Startpagina - Developmental Coordination Disorder (DCD) - Richtlijn - Richtlijndatabase



Sport en bewegen van kinderen met DCD - Allesoversport.nl



Bronnen

Scan of klik hier naar de bronnen



Contact

j.witteveen@steunpuntonderwijsnoord.nl

Jantine Witteveen is ambulant begeleider en ergotherapeut, Steunpunt Onderwijs Noord, Drachten

Marcel Bouwhuis is ambulant begeleider en vakleerkracht bewegingsonderwijs, Onderwijscentrum de Twijn, Zwolle

Johannes Noordstar is kinderoefentherapeut & onderzoeker, Wilhelmina Kinderziekenhuis Utrecht/UMC, Utrecht.

Jolien van den Houten is docent ergotherapie en instructor CO-OP Approach, Heerlen

Foto's

Joop Duivenvoorden en Rianne Mooibroek-Koudijs

Kernwoorden

Developmental Coordination Disorder, DCD, signalering



Hoort huilen erbij?

Op het strand spelen zes kinderen op een duintop. Ze rennen het duin op en springen of rollen naar beneden. Er ontstaat een stoeispel waarbij ze elkaar naar beneden proberen te duwen. In het begin is het chaos, maar geleidelijk worden regels met elkaar afgesproken. Wie een tegenspeler van de duin afgooit verdient een punt. De gevallen speler klimt terug en speelt weer mee. Het stoeien wordt steeds heftiger en uiteindelijk blijven twee sterkste stoeiers in 'gevecht'. De anderen kijken toe. Een stoeier dreigt te verliezen en krijgt een knie hard tegen zijn borst. Hij geeft een schreeuw en begint te huilen. De kinderen komen

naar de huilende jongen toe en troosten hem. Net als zij weer verder willen stoeien komt een ouder van de jongen aanlopen. De kinderen mogen niet meer stoeien. "Het is niet de bedoeling dat er kinderen gaan huilen", zegt de moeder. Alle kinderen zijn teleurgesteld dat ze niet verder mogen stoeien.

Waarom is huilen taboe, als kinderen het geen probleem vinden? ●

Kum van Ree

Tekening

Jolet Leenhouts

BEWEGEN OVERWEGEN