

INFORMATIEFICHE VOOR OUDERS: QIGONG SENSORISCHE TRAINING (QST) OUDER INTERVENTIE PROGRAMMA VOOR AUTISME

WAT IS QST?

QST is een qigong massage voor kinderen die de symptomen van autisme merkbaar doet verminderen. Ouders die hun kinderen dagelijks een eenvoudige, 15" durende massage geven zien het gedrag merkbaar verbeteren met minder woede uitbarstingen, betere taal, communicatie en sociale vaardigheden.

Onderzoek wijst uit dat een van de redenen voor ontwikkelingsachterstand en gedragsproblemen een onbalans in het sensorisch zenuwstelsel is. Het kind reageert niet op dezelfde manier als de overige familieleden dit doen op sensorische prikkels in het lichaam of in de omgeving. Dingen die aangenaam moeten aanvoelen, voelen niet goed (bv. warme kleren, een knuffel, lekker eten) en zaken die pijn zouden moeten doen, doen geen pijn (bv. schaafwonden, blauwe plekken en sneden). Het gevolg hiervan is dat kinderen zich niet bewust zijn van de wereld om hen heen of ze vinden die zo oncomfortabel dat ze contact proberen te vermijden. In beide gevallen ontlopen ze normale dagelijkse, sociale leermomenten en hun sensorische problemen maken dat zij reageren op een wijze die wordt geïnterpreteerd als probleemgedrag.

Wetenschappelijke studies hebben aangetoond dat dit qigong massage programma de sensorische problemen oplost. Binnen enkele maanden zijn kinderen rustiger, zich meer bewust van hun omgeving en voelen zich beter in hun vel. Gaandeweg verbeteren de sensorische problemen en kinderen zijn minder gestrest of verward, autistisch gedrag vermindert en hun zenuwstelsel komt terug in balans. Kinderen kunnen beter focussen, aandachtig zijn en leren. Ouder stress vermindert en ouders zijn blij dat ze hun kind zelf kunnen ondersteunen bij het ophalen van zijn ontwikkelingsachterstand.

WAT IS HET QST OUDER PROGRAMMA?

Gecertificeerde QST oudertrainers leren ouders hun kind de massage dagelijks thuis te geven. Ouders geven voor minimum 5 maanden dagelijks de massage aan hun kind. De eerste 12 weken bezoekt de oudertrainer wekelijks het gezin om ouders te begeleiden en hen te helpen met elke uitdaging die zich bij het begin kan voordoen.

WAT DOEN OUDERS?

- Vullen het intake formulier in alsook de pre-test formulieren, bij de start van de begeleiding en dan nog eens bij het afsluiten van de begeleiding
- Leren de 12 bewegingen van de massage
- Geven hun kind dagelijks de massage gedurende min. 5 maanden
- Zijn aanwezig bij de wekelijkse coaching- en begeleidingsmomenten die samen met de oudertrainer de eerste 12 weken zullen ingepland worden en geven op dat ogenblik de massage aan hun kind.
- Leren van de oudertrainer hoe ze de massage moeten aanpassen aan de reacties van hun kind

WAT DOET DE OUDERTRAINER?

- Zorgt voor het intake formulier en de pre- en post-test documenten
- Leert ouders de 12 bewegingen van de massage aan
- Bezoekt het gezin wekelijks, 12 weken lang, voor coaching en begeleiding
- Help het gezin met alle uitdagingen die zich op dat ogenblik voordoen
- Help ouders hun massage aan te passen aan de veranderingen en de groei die hun kind doormaakt

WAAR KAN IK MEER INFORMATIE VINDEN?

Om meer te weten te komen over QST, video's te bekijken of het boek met DVD te bestellen kijk op www.qsti.org of www.intouch-qigong.be