

ADHD en AUTISME SPECTRUM STOORNIS

22 Juni 2012

Highcoaching

Coaching op een hoger niveau

Deze nieuwsbrief is een uitgave van Highcoaching Jaargang 2 nr. 6



Door Johan Hooglugt

ADHD-Autisme Spectrum

Uit onderzoek in Amerika is gebleken dat één op de 88 kinderen is gediagnosticeerd met autisme spectrum stoornis (1). Deze getallen vertegenwoordigen een alarmerende toename en zijn reden tot grote bezorgdheid.

Er is geen geneesmiddel voor autisme. Het behandelen hiervan is uitdagend omdat de symptomen van de chaos variëren van persoon tot persoon.

In een groot opgezet wetenschappelijk onderzoek stelt een behandelend professor dat de onderzoeken die zij heeft gevoerd met HeartMath (met emWave technologie) zich bewezen heeft een doeltreffende behandelmethode te zijn. Veel kinderen met een autismespectrum zijn visuele leerlingen en het is erg moeilijk voor hen om abstracte concepten

emWave® technologie helpt kinderen

te begrijpen. De drie grote probleem gebieden van kinderen met het autisme spectrum zijn

- communicatie,
- sociale vaardigheden en
- gedragsmatig.

Zij ervaren vaak veel frustratie en angst die zich manifesteren als gedrags-problemen als gevolg van een gebrek aan zelfregulerende vaardigheden.

De emWave-technologie zorgt voor een opening om het abstracte concept van zelfregulering te begrijpen, door een visuele representatie van wat in hun lichaam gaande is. Ze zijn in staat om te oefenen met zelfregulering en zien direct de resultaten. Uiteindelijk leren zij hoe te reguleren gedrag helpt deuren te openen en het biedt meer mogelijkheden voor het individu om meer opgenomen te worden in het algemeen onderwijs en in het leven.

Snelheid tot toewijding was verhoogd bij gebruik van een computer-assisted biofeedback programma (de emWave). Tijd voor het uitvoeren van het werk nam toe.

De beste resultaten worden geboekt als men 1:1 werkt met de kinderen. De emWave helpt hen te begrijpen hoe het lichaam reageert op verschillende ontspanning strategieën die ze uitproberen. Het helpt hen hun zelfregulerende vaardigheden te verhogen.



bron: (1) American Centers for Disease Control in Atlanta
HeartMath USA -Benelux

Autisme spectrum stoornissen

Dit zijn een groep van ontwikkelingsstoornissen die vaak tijdens de vroege kinderjaren (meestal manifesteert het in de eerste drie jaar van een kind) zijn gediagnosticeerd en kan leiden tot aanzienlijke sociale, communicatie en gedrags problemen in een mensen leven.

Mensen met een autisme spectrum stoornis hebben een andere manier van begrijpen en reageren op mensen en gebeurtenissen in hun wereld. Deze verschillen worden veroorzaakt door de manier waarop de hersenen informatie verwerkt.

Deze groep van ontwikkelingsstoornissen wordt beschouwd als een "spectrum" van aandoeningen. Dit betekent dat het autisme spectrum stoornis iedere persoon op een verschillende manier beïnvloed. Symptomen kunnen variëren van milde tot ernstige. Mensen met een autisme spectrum stoornis delen sommige soortgelijke symptomen, zoals:

- problemen met sociale interactie,
- problemen met communicatie,
- zeer specifieke belangen of herhaalde activiteiten.

Maar er zitten verschillen in wanneer de symptomen beginnen of wanneer zij voor het eerst zichtbaar zijn en in hoeverre de symptomen van invloed zijn op het gedrag van een persoon.



Subtypen

Er zijn drie belangrijkste subtypen van autisme spectrum stoornissen:

1. Autistische stoornis.
2. Asperger stoornis
3. Pervasieve ontwikkelingsstoornis (niet anders aangegeven)

Methode Heartmath

Een effectief middel in de bewustwording van zelfregulering is het (leren) toepassen van hartcoherentie. Met behulp van het EmWave PC® systeem leert u uw hartcoherentie te trainen waarmee de lichamelijke gevolgen van stress, maar ook het ontstaan van stress significant afneemt.

Deze methode is volledig wetenschappelijk onderbouwd door onderzoek naar de gevolgen van stress op ons lichaam en geest en de voordelen van het toepassen van de hartcoherentie methode van HeartMath.

Algemene Resultaten

Enkele praktische resultaten van de methode HeartMath:

- meer energie en vitaliteit
- minder stress (en lagere bloeddruk)
- meer emotionele balans
- beter slapen
- betere concentratie
- betere weerstand
- helderder kunnen denken
- gewichtsbeheersing
- positiever in het leven staan
- meer om jezelf gaan geven
- meer voelen

Informatie

Voor meer informatie over de methode van HeartMath kunt u mijn site bezoeken.

U kunt bij mij ook terecht voor:

- Stress Reductie Programma
- Stop Emotioneel Eten Programma
- Stoppen met roken
- Begeleiding kinderen
- Examentraining
- Angstbeheersing
- Relatiebemiddeling
- Schoolbegeleiding

Bezoek mijn website:

<http://www.highcoaching.nl>

stuur een mail naar:

hooglugt@highcoaching.nl

volg mij op Twitter:
HooglugtJohan

of bel naar 06-39 55 81 09

