

# Coördinatieontwikkelingsstoornis (DCD)

## Informatie voor patiënten

DCD staat voor *Developmental Coordination Disorder* of een coördinatieontwikkelingsstoornis. In België wordt hiervoor ook wel de term 'motorische dyspraxie' gebruikt, al is die niet helemaal correct.

### WAT IS DCD?

Een coördinatieontwikkelingsstoornis uit zich in een ernstig **probleem met het aanleren en/of uitvoeren van motorische vaardigheden**. Bij kinderen met DCD zijn er geen specifieke medische of neurologische afwijkingen die de problemen in coördinatie kunnen verklaren.

Deze kinderen worden vaak omschreven als onhandig of stuntelig in het dagelijkse leven. Het gaat bijvoorbeeld over die jongen die zijn schoenen altijd fout aan doet, of dat meisje dat aan de kant blijft staan als andere kinderen fietsen. De kleuter die voor de zoveelste keer zijn beker laat vallen of zijn kleine zus nog maar eens omverloopt, of de tiener die weer eens haar bankkaart verloren is.

**Elk kind met DCD is verschillend**. Sommige kinderen hebben vooral fijnmotorische problemen (bij vaardigheden waarbij je handen en vingers nodig hebt), andere kinderen vooral grofmotorische problemen (bij vaardigheden waarbij je je hele lichaam nodig hebt). Er zijn ook kinderen die het moeilijk hebben met zowel fijne als groffe motoriek.

DCD is een blijvende aandoening. De motorische moeilijkheden blijven aanwezig gedurende de adolescentie en ook in het volwassen leven. Uiteraard leren deze jongeren motorische vaardigheden, maar dit kost hen erg veel inspanningen. Zo zal met de auto leren rijden op volwassen leeftijd meer moeite vragen en zullen bijvoorbeeld huishoudelijke taken ook meer energie vergen.

### EEN DIAGNOSE DCD: WAT NU?

Er is geen specifiek medicijn voor DCD. Wel kan **begeleiding** helpen om bepaalde motorische vaardigheden aan te leren en om emotionele, fysieke en sociale problemen te beperken.

Optimale zorg start bij het herkennen van de stoornis en het in kaart brengen van sterke en zwakke punten. Daarna kunnen de prioriteiten gesteld worden en kan samen gezocht worden naar wat het op lange termijn het best werkt voor het kind, het gezin, de school en begeleiders.

Onderzoek toont aan dat het van groot belang is om als gezin en ruimere omgeving goed geïnformeerd te zijn over wat DCD is. **Hoe beter we de moeilijkheden begrijpen, hoe beter we het kind kunnen begeleiden en ondersteunen**. Dyspraxis is een vzw die jullie hierbij kan helpen ([www.dyspraxis.be](http://www.dyspraxis.be)).



Meer informatie over DCD vind je ook op de website [www.dcdbelgium.com](http://www.dcdbelgium.com). Zowel kinderen en jongeren zelf als ouders, leerkrachten en hulpverleners kunnen hier terecht, onder meer voor informatieve filmpjes en stappenplannen voor bepaalde vaardigheden. Informatie in het Frans vind je op [www.dyspraxies.fr/dyspraxies/](http://www.dyspraxies.fr/dyspraxies/).

Om bepaalde vaardigheden aan te leren, is soms de begeleiding van een (kinder)kinesitherapeut of ergotherapeut nodig. Niet alles kan echter aangeleerd worden, er zal ook gezocht moeten worden naar hulpmiddelen om dat te compenseren. Ook daarover vind je meer informatie op de verschillende websites.

## TIPS VOOR OUDERS

### Beleving

Vertel aan je kind wat er aan de hand is. Leg uit dat je kind problemen heeft met tekenen, kleuren, schrijven, fietsen, zwemmen ... net zoals andere kinderen problemen hebben met praten, lezen of een andere vaardigheid.

Maak duidelijk dat je kind hier niets kan aan doen, maar dat enkele vaardigheden – die je samen kiest – na een tijdje beter en vlotter zullen gaan door veel te oefenen.

Verschillende (werk)boekjes kunnen helpen om de situatie uit te leggen aan je kind. Als je je hier als ouder onzeker in voelt, kan de kinesitherapeut of ergotherapeut je daarin ondersteunen.

### Handige boekjes

- ✓ Miko gaat vooruit. Een verhaal over een rendier met CDC. (Brackenier, Van De Steene en Ureel)
- ✓ De DCD Survivalgids. (Calmeyn, De Braeckelear)
- ✓ Het vollehoofdenboek (Kraijenhoff)

### Vrije tijd

- Voorzie een verkleedkoffer met leuke en gekke kleren. Zo leert het kind zich spelenderwijs aankleden.
- Kies speelgoed dat het kind uitnodigt om de wereld van de volwassenen te imiteren, zoals een poppenhuis, een winkeltje, een werkbank ...
- Laat je kind (indien mogelijk) een hobby uitvoeren die niet door een broer of zus wordt beoefend. Op die manier zullen de prestaties onderling minder vergeleken worden. Ga bijvoorbeeld ook eens kijken naar het aanbod G-sport ([www.gsportvlaanderen.be](http://www.gsportvlaanderen.be)). Of informeer bij de sportclub: sommige clubs hebben groepjes voor kinderen met een milde motorische stoornis.
- Zoek een goede zwemclub of zwemleerkracht zodat het kind kan leren zwemmen. Met de beperkte lessen in de lagere school lukt dat niet voor heel wat kinderen met DCD.
- Maak bewust extra tijd vrij om het kind te leren fietsen. In het boek *(Psycho)motorische begeleiding bij kinderen* (Dewitte, Dewitte en Carton) staat een duidelijk stappenplan.
- Op de Pinterest-pagina van vzw Dyspraxis ([www.pinterest.com/dyspraxis/](http://www.pinterest.com/dyspraxis/)) vind je heel wat praktische tips om te helpen met het hanteren van kleine pionnen, kaartspellen ...



## Eten en drinken

- Zet aan tafel geen flessen met drinken in de buurt. Zorg voor stabiele glazen en bekers. Zet hoge glazen (bv. wijn- of aperitiefglazen) uit de buurt van je kind.
- Zorg voor een mooie platiëken onderlegger onder het bord, zodat morsen niet erg is. Doe je kind liever geen slab aan als het daar te oud voor wordt. Kies liever voor kledij die je makkelijk kan wassen.
- Met mes en vork leren eten is belangrijk, maar zal mogelijk wat meer tijd vragen. Soms kan het helpen om voldoende zwaar bestek te geven. Sommige kinderen gebruiken een aangepaste greep die het voor hen makkelijker maakt, maar die er minder vlot of elegant uitziet. Dat kun je soms beter aanvaarden. Vraag niet meer van het kind dan het zelf kan. Samen eten moet ook gezellig blijven.
- Zorg dat het kind zelf de brooddoos, drinkbekers en flesjes makkelijk open en dicht krijgt. Geef bijvoorbeeld geen brikjes waar het rietje nog moet in geprikt worden. Neem het kind mee naar de winkel, zodat je iets kan uittesten vooraleer je het koopt.

## School

- Zorg dat de school voldoende op de hoogte is.
- Laat het kind, wanneer het dit zelf aankan, bijvoorbeeld tijdens een spreekbeurt zelf uitleg geven over de problemen van kinderen met DCD in het algemeen en in het bijzonder over zichzelf.
- Gebruik weekroosters om bijzondere lessen (bijvoorbeeld zwemmen, turnen, knutselen/plastische opvoeding) te onthouden.

## Dagelijkse activiteiten

- Geef geen lange, complexe opdrachten. Splits een langere opdracht op in deelinstructions. Te veel informatie in één keer kan kinderen met DCD in de war brengen.
- Leg alle kleren 's avonds in de juiste volgorde klaar en leer het kind om dit zelf aan te doen. Dat maakt het aankleden 's ochtends eenvoudiger.
- Zorg dat het kind extra gemakkelijke kledij draagt op dagen dat er zwem- of turnles gepland staat op school.
- Help met het strikken van veters zolang dat nodig is. Laat het kind eventueel zelf de dubbele knoop maken op het einde. Zelf een handeling afmaken, geeft een beter gevoel dan de handeling zelf beginnen en daarna hulp nodig hebben om het af te maken.

**Tip:** vervang de gewone veters door magneetveters, krulveters of andere alternatieven tot er meer tijd is om te oefenen op het veters strikken. Als andere vaardigheden op dat moment de prioriteit hebben, moeten die veters gewoon even wachten.

Zorg voor een grote lus aan de jas, zodat die makkelijker is om aan de kapstok te hangen. Hang ook een sleutelhanger aan de ritsen van jassen en rugzakken.

- Mogelijk moet je langer helpen bij alles wat met lichaamsverzorging te maken heeft. Een elektrische tandenborstel kan helpen.
- Leer het kind om spullen wat verder op tafel te zetten, zodat er ruimte is om te steunen met de armen.



## TIPS VOOR LEERKRACHTEN

Dyspraxis vzw biedt zorgboekjes voor elke leeftijd (kleuter/lagere school/secundair onderwijs). Op hun website zijn deze gratis terug te vinden en te downloaden: [www.dyspraxis.be](http://www.dyspraxis.be). Deze boekjes bevatten tips en hulpmiddelen voor op school. Ook op [www.dcdbelgium.com](http://www.dcdbelgium.com) vind je heel wat informatie voor de leerkrachten.

Maak altijd de overweging of de tips en hulpmiddelen van toepassing zijn op jouw kind. Luister ook naar je kind wanneer het zelf aangeeft wat het beste werkt. Kinderen met DCD bewegen met een 'ander' zenuwstelsel. Wat voor ons de meest efficiënte manier lijkt om iets uit te voeren, is dat niet noodzakelijk voor een kind met DCD. Dat neemt niet weg dat kinderen met DCD soms moeizamer leren en ze soms wel hulp nodig hebben om de meest efficiënte bewegingsstrategie te vinden.

## INFORMATIEVE BOEKEN

- ✓ Mijn kind heeft DCD (Kaat Dewitte en Griet Dewitte)
- ✓ (Psycho)motorische begeleiding bij kinderen. Een praktische gids bij de proces- en taakgerichte interventie. (Griet Dewitte, Kaat Dewitte en Wouter Carton)
- ✓ Developmental coordination disorder. Als (ook) bewegen niet vanzelfsprekend is. (Hilde Van Waelvelde en Barbara Demey)

### Multidisciplinair universitair centrum voor logopedie en audiologie (MUCLA)

UZ Leuven campus Gasthuisberg  
Herestraat 49  
3000 Leuven

☎ 016 33 23 34

🌐 [www.uzleuven.be/mucla](http://www.uzleuven.be/mucla)