

Te veel pixels maakt druk

Buiten de reguliere medische wetenschap is een heel scala aan methoden die de 'alternatieve sector' wordt genoemd. In deze serie aandacht daarvoor. Vandaag: Norma Prikanowski van Ashana Holistic Care in Tegelen over therapie voor nieuwetijdskinderen.



door Susan Jöris

„Wij, als volwassenen, krijgen informatie in vijfthonderd pixels binnen. Nieuwetijdskinderen in vijftienhonderd pixels. Ze zijn extra gevoelig voor hun omgeving. Zien, voelen en horen meer. Dat maakt heel veel indruk op zo'n kind. Het zijn vaak hoogbegaafde kinderen die zich voor heel veel zaken interesseren. Ze krijgen heel veel informatie te verwerken. Ze bouwen angsten op, zien bijvoorbeeld 's nachts schimmen rond hun bed. Maar voor hen is dat geen fantasie, maar werkelijkheid. Of kinderen worden onzeker, bijvoorbeeld als ze naar school gaan. Word ik geaccepteerd door de klas? Een puber die naar de middelbare school gaat krijgt te maken met groepsdruk. Pas ik bij anderen? Al deze angsten en onzekerheden kunnen tot problemen leiden. Dyslexie, onhandelbaarheid, niet stil kunnen zitten. Sommige kinderen worden heel stil, anderen moe-



Norma Prikanowski demonstreert met haar neefje Davy hoe de therapie

in zijn werk gaat.

foto Lé Giesen

ten rennen om alles te kunnen verwerken. Als ouders met hun kinderen hier komen, heb ik eerst een gesprek met hen zonder het kind erbij. Dat eerste gesprek met de ouders is zo belangrijk omdat je eerst in het gezin zelf gaat kijken. De ouders zijn de basis. Ik laat ze een opstelling maken van hoe de verhoudingen in het gezin zijn. Dat doe ik aan de hand van stoelen. Waar staat vader en moeder ten opzichte van het kind? Ik laat ouders ook naar zichzelf kijken. Wat herkent u in uw kind dat u ook bij uzelf ziet? Waar komt het patroon vandaan? Daarna laat ik ze hetzelfde

doen voor de opstelling in de klas. Wat is er anders in de klas dan thuis? Een kind kan zich in de klas anders gedragen dan thuis. In de klas luistert-ie misschien wel, maar thuis moet hij de stress van zich af reageren. Dat kan bijvoorbeeld heel simpel liggen aan de plek waar het kind in de klas zit. Misschien wordt hij wel heel veel afgeleid en is een andere plek beter. Zo kan ik ouders en de juf handvaten geven. Dan ga ik met het kind zelf aan de slag. Stel, een kind van vier heeft faalangst. Dan laat ik haar een tekening maken. Hoe ben jij als bloem als je lekker in je vel

zit, en hoe als je niet lekker in je vel zit. Aan de hand van de tekening gaan we over de problemen praten. En ik laat het kind met poppen uitbeelden hoe hij de opstelling van het gezin ziet. Ik vertel verhalen met metaforen voor hun problemen. Met een superheld die dat probleem overwint. Daarna geef ik ze huiswerk mee, laat ze thuis tekenen of een verhaal verzinnen, weer met metaforen voor hun problemen. Soms ga ik ook naar kinderen thuis, als het om hele zware zaken als de dood gaat. Zo ga ik vanmiddag naar een puber die sinds de dood van haar grootvader niet

meer op zolder durft te slapen. In de eigen omgeving komen sommige kinderen beter los dan in mijn praktijk. Ik gebruik ook bloesemtherapie en mijn man werkt met kruiden, magnetiseren en voeding. Met voeding kun je ook veel bereiden. In vier à vijf sessies hebben we meestal al heel wat vooruitgang geboekt. Ik vind het mooi dat we in deze tijd wat kunnen betekenen voor deze kinderen. In mijn tijd kon dat niet. Je ging als kind mee in datgene wat van je verwacht werd. Luisteren is heel belangrijk. Je kunt een kind wel horen, maar luister eens wat je kind je te vertel-

len heeft. Kinderen kunnen ons heel wat leren. Ik ben zelf ook een nieuwetijdskind. Volwassenen kunnen dat ook zijn. Door mijn hooggevoeligheid ben ik aan de anti-depressiva geraakt en dat heeft niet geholpen. En toch vind ik dat je sommige dingen bij de reguliere wetenschap moet laten. Al een kind bijvoorbeeld seksueel misbruikt is, verwijs ik het door naar de RCG voor geestelijke gezondheidszorg. Ik werk wel samen met psychologen en maatschappelijk werkers. Onze therapieën kunnen elkaar versterken. Ik zie mijn therapie dan ook als additief, aanvullend.”