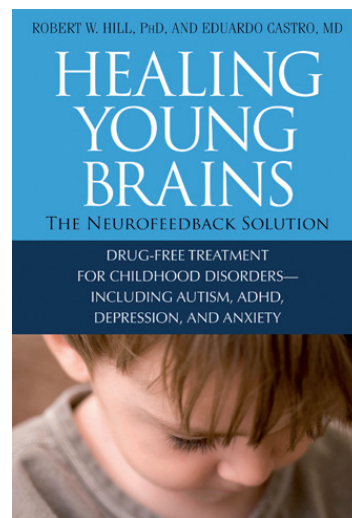


## Healing young brains

*Healing young brains. The Neurofeedback Solution.* Robert W. Hill, PhD and Eduardo Gastro, Hampton Road, 2009. ISBN 978 15 717 4603 0

Neurofeedback is een wetenschappelijk bewezen methode om het brein feedback te geven waar het gaat om het overwinnen van een te langzaam patroon van (delen van) de hersenen. Dit gebeurt door in eerste instantie in beeld te brengen (via op het hoofd geplaatste sensoren verbonden met een computer) hoe het hersengolfpatroon er uit ziet, waarna samen met de anamnese een eventuele disbalans in kaart gebracht kan worden. Het patroon wat door afname van een EEG te zien is op het computerbeeldscherm wijst zo voor de geoefende therapeut aan, welke diagnose gesteld kan worden. Hierna kan een trainingsprogramma opgezet worden om de hersenen opnieuw aan te leren welk patroon gewenst is, waarbij de klachten verminderen naarmate de hersenen zich dit nieuwe patroon meer eigen maken. Hoewel steeds meer onderzoek gedaan wordt naar de werking van Neurofeedback bij zowel kinderen als volwassenen, richt dit boek zich op de behandeling van aandoeningen bij kinderen. Naast klachten en beelden als hoofdpijn, slaapproblemen, overgewicht, depressie, angst, epilepsie en autisme, wordt er in dit goed geschreven Engelse werk veel aandacht besteed aan Neurofeedback bij AD(H)D.

ADHD wordt een zogenaamde 'Slow Wave Disorder' genoemd. Kenmerkend aan de hersenen van een kind met ADHD, is een te langzaam hersengolfpatroon in bepaalde delen van de hersenen. Ritalin en aanverwanten bevatten methylfenidaat, een soort speed. De symptomen van ADHD worden onderdrukt, omdat de hersengolven versneld worden in het betreffende gebied waar de hersengolven te langzaam gaan. Genezing treedt echter niet op. In het vele onderzoek dat de laatste jaren naar ADHD is gedaan, is de positieve werking van Neurofeedback keer op keer aangetoond. Een veelbelovende behandeling die de klachten van ADHD blijvend zou kunnen doen verdwijnen. Een warm pleidooi voor Neurofeedback als alternatief voor medicatie.



## Kinderen en... hun rol als bemiddelaar

*Kinderen en... hun rol als bemiddelaar: conflictoplossing in zes stappen.* Barbara Porro. Kwintessens, 2003. ISBN 978 90 578 8091 1

Mediation is een discipline die behoorlijk in opkomst is en menig mediator die zich verdiept heeft in bemiddeling, timmert inmiddels aardig aan de weg. Toch denk je bij mediation eigenlijk automatisch aan een vorm van bemiddeling tussen volwassenen. Maar het aardige is dat kinderen ook erg goede bemiddelaars kunnen zijn. Zeker wanneer ze stapsgewijs de juiste vaardigheden en technieken aangereikt krijgen, afgestemd op hun leeftijd en belevingswereld, waarbij het consequent blijven oefenen naast modelgedrag door de begeleider een betekenisvolle factor is.

Kinderen en... hun rol als bemiddelaar geeft iedere begeleider van kinderen een schat aan informatie en een compleet uitgewerkte methodiek in handen waarmee kinderen geleerd kan worden zelf hun conflicten op een adequate wijze op te lossen. Ook worden er handreikingen gegeven om hen de vaardigheden bij te brengen zelf de bemiddelaarsrol op zich te nemen.

Het aanleren van deze methode gebeurt aan de hand van een zesstappenplan. Gestart wordt met een afkoelingsfase, waarin het kind geleerd wordt even afstand te nemen om het conflict te helpen begrijpen. In deze fase is er ook ruimte voor de emoties van het kind zonder die te willen weerleggen of meteen te verhelpen. In fase twee worden de partijen bij elkaar gebracht en staat het luisteren naar en praten met elkaar centraal, waarna een onderzoekje start naar de behoeften achter de standpunten. Zo zal de behoefte van een kind wat kwaad is op een ander kind, omdat hij of zij niet met haar wil spelen bijvoorbeeld voort kunnen komen uit de behoefte vrienden met die ander te blijven. Behoeften achter



standpunten kweken vaak veel makkelijker begrip en bijgevolg openingen voor een oplossing waar in fase 4 zoveel als mogelijk ideeën voor verzameld worden. Het beste idee kiezen behoort bij stap 5, waarna stap 6 afsluit met een actieplan.

Naast deze werkzame zes stappen wordt ingegaan op diverse soorten conflicten, zoals conflicten tussen jonge kinderen en tussen docent en kind. Peer mediation, strategieën in conflictoplossing en een lessenopzet om de zes stappen in scholen in te voeren maken eveneens deel uit van dit zinvolle en herkenbaar opgezette werk waarin veel casussen en voorbeelddialogen te vinden zijn.

Een prachtige aanvulling voor iedere begeleider die met kinderen werkt, want met het aanleren van een adequate stijl voor problemen oplossen en conflicthantering kun je immers nooit vroeg genoeg beginnen.

*Audrey de Jong, zelfstandig trainer en counsellor, streeft ernaar trainings- en begeleidingstrajecten op authentieke en dynamische wijze te verzorgen waarbij ontwikkeling, plezier en echt contact vanzelfsprekend zijn, zodat mensen het verschil kunnen maken in het leven van henzelf en anderen. [www.bluecore.nl](http://www.bluecore.nl)*

# COACHBOEKEN.NL

Het grootste online assortiment in coachboeken!

CoachBoeken.nl is onderdeel van Tijdschrift voor Coaching

- nieuwste boeken
- boeken top 10
- lezersrecensies
- waarderingen
- aanbiedingen
- themaboeken

**Ga naar de site  
en profiteer van  
unieke aanbiedingen!**