

Gedrag: Alle Dagen Heel Druk



Aanpak:

- Aanmoedigen, Dagelijks oefenen, Hulpmiddelen gebruiken, Door de vingers zien

ADHD/ ADD in de klas

Van de kinderen onder de 16 jaar lijdt naar schatting 3% tot 5% aan ADHD (Nationaal Kompas Volksgezondheid 2014). Hiervan heeft 2% zeer ernstige problemen. ADHD blijkt een van de meest voorkomende gedragsproblemen bij kinderen en jongeren.

ADHD kent enkele subtypes:

- Het hyperactieve en impulsieve type. Dat zijn de kinderen in de klas die moeite hebben met beurtgedrag, erg veel praten, door de klas roepen en anderen onderbreken.
- Het overwegend onoplettende type (alleen aandachtsproblemen). Deze staat bekend als ADD. Deze kinderen maken onnodig fouten, zijn erg vergeetachtig bij dagelijkse activiteiten en snel afgeleid. Het hyperactieve gedrag ontbreekt hierbij.
- Het derde type is een combinatie van beide subtypes. Het gecombineerde type.

Waar hebben kinderen met ADHD over het algemeen de meeste problemen mee.

- Ze hebben moeite met de **aandacht en de concentratie**. Ze worden door allerlei prikkels afgeleid
- **Hyperactiviteit**. Vooral op jonge leeftijd zijn ze erg veel in beweging en onrustig. Stilzitten kost gewoon heel veel energie
- **Regelfuncties of executieve functies**. Deze kinderen hebben moeite met plannen en vooral ook met het starten aan een taak. Er is vaak vluchtgedrag waarneembaar. Ze hebben moeite met het richten van de aandacht en het volhouden van de aandacht. Er is sprake van een zwak werkgeheugen, een onvoldoende inhibitie (vermogen om je gedrag af te remmen) en vaak ook een onvoldoende zelfinzicht.
- **Impulsiviteit**. 'Doen voordat je denkt'..dat is wat je ziet bij deze kinderen. De remfunctie ontbreekt, ze overzien de gevolgen van hun gedrag niet.

Welk gedrag zie je bij een kind met ADHD in de klas

- Problemen met beurtgedrag
- Kunnen niet op hun stoel blijven zitten
- Onrustige motoriek, friemelend
- Altijd wat kwijt of vergeten

- Moeite met instructie volgen, start niet met werken
- Heel veel praten, altijd reageren
- Grenzeloos, impulsief
- Betrokken bij conflicten
- Niet lijken te luisteren, ook niet 1 op 1
- Eerst doen dan denken, moeite met gedrag uitstellen
- Veel wisselende werkjes
- Moeilijk stilzitten, snel afgeleid
- Overdreven veel praten

Welk gedrag zie je bij kinderen met ADD in de klas

- kan onvoldoende aandacht en concentratie opbrengen, maakt onnodige fouten.
- Lijkt niet te luisteren.
- Moeite met onder woorden brengen.
- Kan instructie niet opvolgen, schoolwerk niet afmaken.
- Kan niet tot starten komen. Kan het werk niet organiseren.
- Opstandig bij het uitvoeren van taken, vermijdt taken.
- Vergeet , verliest veel.
- Lijkt in eigen hoofd te zitten.
- Erg vlug afgeleid, lijkt sloom , traag.
-

Dit gedrag dat in de klas wordt gesignaleerd is gedrag uit onvermogen en zijn voor deze kinderen behoorlijke belemmeringen voor het leren en hun schoolloopbaan terwijl deze kinderen ook juist veel bevorderende kwaliteiten hebben. Ze doen het niet expres en hebben een duidelijke hulpvraag.

Kinderen met ADHD hebben vaak een gemiddelde of zelfs een hoge intelligentie. Toch hebben ze vaak moeite met leren. Dat is niet vreemd als je bovenstaande gedragskenmerken leest. Deze kinderen hebben kinderen met ADHD vaak een zwak werkgeheugen. Zonder visuele ondersteuning, handvatten bij het leren van schoolwerk, ezelsbruggetjes e.d. is het voord deze kinderen erg moeilijk om zich lang genoeg te concentreren en de leerstof zich eigen te maken.

Deze kinderen hebben geen problemen met het korte termijn geheugen. Ze kunnen voorvallen en ook wat u in de klas vertelde uitstekend herhalen en herinneren. Ook getallen, instructies en locaties kunnen ze zich goed herinneren. Het probleem openbaart zich als deze informatie moeten toepassen en daadwerkelijk moeite gebruiken en verwerken. Zowel verbaal als op visueel ruimtelijk gebied. Een zwak werkgeheugen kan alle leergebieden beïnvloeden tijdens de hele schoolloopbaan, ondanks een gemiddeld of meer dan gemiddeld IQ (@Tracey Alleway).

Enkele tips op een rij voor in de klas

- Hou bij bepaalde taken rekening met het tijdstip van de dag en het moment.
- Minder werk of kleinere hoeveelheden aanbieden, hou het overzichtelijk

- Meer tijd voor taken, zeker niet in pauzes of tijdens andere leuke vakken af laten maken
- Structuur bieden, een duidelijk visueel dagprogramma en regels
- Duidelijke en het liefst visueel ondersteunde instructie, terugvragen en controle
- Haalbare doelen voor succeservaringen
- Pre-teaching, dit zorgt voor succeservaringen en minder onrust in het kind als hij/zij het niet begrijpt
- Directe feedback, leuk aantrekkelijk beloningssysteem
- Time timer gebruiken bij opdrachten
- Afwisselende werkvormen
- Vermijd drukke werkbladen
- Liever een map of werkschrift dan losse bladen
- Lege tafel
- Opgeruimde klas, laat niet van alles door de klas hangen of langs de ramen. Opgeruimde kasten. De ruimte is van enorme invloed!
- Rustige plek in de klas, samen afspraken hierover maken
- Time out plek
- Opdrachten tussen de lessen door (buiten de klas of in de klas) die voor een 'loopje' zorgen.
- Vermijd zoveel mogelijk 'wachtmomenten', dit is heel erg moeilijk voor deze kinderen. Het is geen kwestie van niet willen, maar eerder niet kunnen.
- Aafgesproken 'actiepunten' op een vast moment oefenen. Een aantal oefenmomenten per dag. Bijvoorbeeld vinger opsteken.
- Wanneer de pauzes moeilijk zijn: pauze opdracht
- Las bewegingsmomenten in
- Hulpmiddelen toepassen zoals volle hoofdenmeter of de woedemeter
- Gesprek met het kind (boek: teken je gesprek) wat kaders geeft. Een gesprek waarbij je echt luistert en respect hebt voor het kind en het kind accepteert met zijn belemmering
- Complimenten teller
- Leer het kind mindmappen om zo zijn leerstof te ordenen en met structuur te leren (hoofd en bijzaken) en gebruik ezelsbruggetjes
- Rekenstrategieën en spellingregels visualiseren
- Bij clownesk gedrag de afspraak 'iedere dag 1 mop' mogen vertellen.
- Duidelijk zijn in afspraken en regels en deze consequent toepassen.
- Geheugenspelletjes die het werkgeheugen trainen.

In Vrije situaties:

- Duidelijke afspraken, vertel vooraf duidelijk de regels van de activiteit. Vraag het kind om ze te herhalen of eventueel aan de klas te vertellen. Iets dat je vertelt aan anderen of aan anderen uitlegt beklijft voor 95%, iets wat je hoort voor 20%.
- Verander niet zomaar een regel of afspraak
- Maak korte afspraken

- Instructie bij deze kinderen herhalen 1 op 1 kort en concreet. Zonder verwachtingspatronen.
- Visualiseer indien mogelijk de afspraken of het lesprogramma
- Maak het kind je deelgenoot of belangrijke hulp. Geef het kind een taak.
- Let op de akoestiek en het verstaan in ruis tijdens de instructie. Deze kinderen horen over het algemeen alles, ook de geluiden die niet van toepassing zijn
- Helpen als beloningstaak. Met gym vermijd je zo conflicten in de kleedkamer (mag dan iets later naar de klas)
- Bij activiteiten buiten de school: zorg dat het kind altijd een kaartje om heeft met de gegevens van het kind en de school.

www.smartonderwijs.nl

SMART onderwijs

