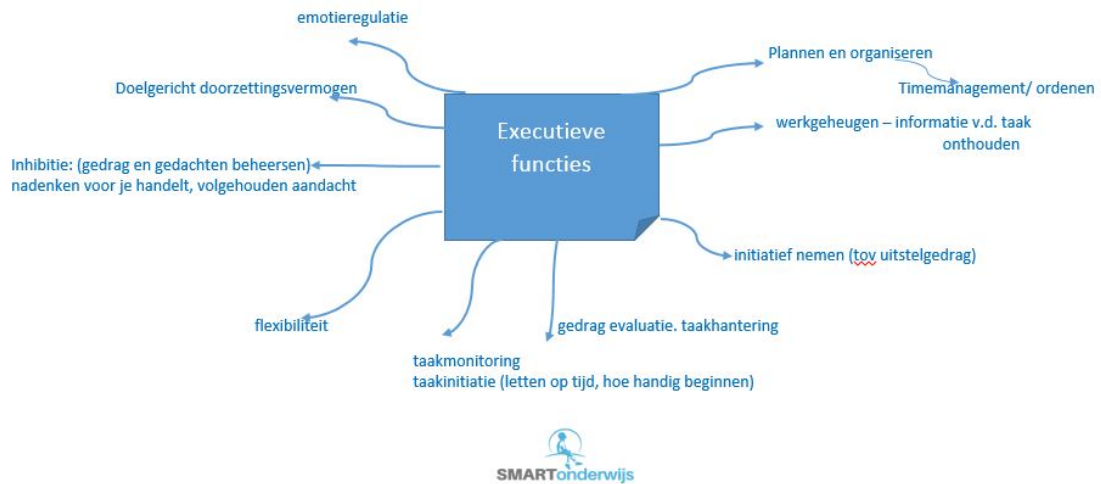


Executieve functies

20-02-2018



Het benoemen van ongewenst gedrag van leerlingen zoals 'hij vergeet van alles', 'zij heeft nooit haar huiswerk af', 'hij raakt van alles kwijt', 'zij weet nooit waar wij zijn gebleven in de les', 'hij weet nooit wat hij moest leren', 'hij is ongemotiveerd' etc. is vaak het benoemen van een hulpvraag van de leerling.

Dit ongewenste gedrag heeft vaak zwakke executieve functies als onderliggend probleem. Zwakke executieve functies zijn vaak een oorzaak van leer- en gedragsproblemen en zijn zeker een factor die aandacht verdient bij de begeleiding van leer- en gedragsstoornissen zoals ADHD, autisme, TOS, dyslexie en andere stoornissen.

Signaleren

Gedrag signaleren, vooral ongewenst gedrag, dat kunnen wij goed. Gedrag benoemen ook, maar benoemen wij het op de juiste manier? Geven wij dan niet meteen deze kinderen een label die niet terecht is? 'Hij is ongemotiveerd' of 'zij heeft een kort lontje en is altijd betrokken bij conflicten'. Dit is het ongewenste gedrag dat wij signaleren, maar elk gedrag heeft een trigger en elk gedrag is een hulpvraag.

Signaleren op de juiste manier is gewenst om de juiste hulp en aandacht te bieden.

Denk hierbij bijvoorbeeld aan de ABC -observatie. Wat zie je nu echt gebeuren? En anders is een gesprek met de leerling gericht op de hulpvraag van de leerling zeker ook een erg goed uitgangspunt. Vooral om het probleem helder te krijgen zonder eigen invulling.

Tijdens zo'n gesprek is het ook niet de bedoeling dat jij de antwoorden invult voor de leerling. Geef de leerling ruimte om na te denken en zijn eigen hulpvraag te formuleren.

Alleen zo kan je de werkhouding en het gedrag van de leerling in de juiste context plaatsen.

Oprechte interesse in het kind, een geïnteresseerde luisterhouding, tijd om te luisteren, bereid zijn om te helpen en onbevooroordeeld het gesprek in gaan.

Vergeet ook niet naar de thuissituatie te vragen, ook dit is vaak een eyeopener en een verklaring voor gedrag.

Vergeet niet dat een uitspraak over de werkhouding van een kind of over zijn of haar oplettenheid,

vaak een aanname is vanuit onze eigen verwachtingen en overtuigingen. Observeer gestructureerd, informeer en wees onbevooroordeeld. Vraag is of je daarna nog altijd vindt dat het per definitie een ongemotiveerde houding is....

Laten wij hierbij vooral niet vergeten dat motivatie in de loop der jaren ook gevormd wordt door wel of geen succeservaringen, de doelen die gesteld worden en niet behaald, de ondersteuning van de omgeving die ontbreekt en het emotioneel welbevinden dat hierop volgt. Om gedrag goed te interpreteren is het belangrijk dat er voldoende kennis is van de executieve functies en kennis van de complete situatie en de omgeving van het kind.

Hoezo dan de invloed van de executieve functies?

Uit steeds meer onderzoeken blijkt dat er sprake is van problemen met de executieve functies bij leerstoornissen, maar ook bij ADHD, autisme en TOS (taalontwikkelingsstoornissen). Deze problemen kunnen al heel jong de executieve functies zelfs aantasten en hebben zeker de aandacht nodig en op dit gebied verdienen de kinderen de juiste ondersteuning en begeleiding.

Zo bleek uit onderzoek van Hughes (2009) dat ongeveer 60% van de leerlingen met een TOS (taalontwikkelingsstoornis) problemen heeft met de executieve functies. Executieve functies kunnen verbeteren wanneer er voldoende aandacht aan geschonken wordt en wanneer de omgeving, zoals het klaslokaal, ook 'EF-slim' is. (Joyce Cooper- Kahn en Margaret Foster)

Wat zijn executieve functies?

Executieve functies zijn de voorspellers van schoolsucces. Het gegeven IQ is niet bepalend voor hoe een kind functioneert. Het is vooral bepalend voor hoe het kind met de leerstof omgaat. Hoe leer je? Hoe pak je een taak aan?

Door de executieve functies bedenken wij een strategie, handelen wij bewust, zoeken wij naar oplossingen, reageren we op veranderingen en houden wij een doel voor ogen. Executieve functies zijn aangeboren, maar ontwikkelen zich samen met de groei van de hersenen. De ontwikkeling van de executieve functies gebeurt vanuit aanleg en ervaring. Kinderen moeten vooral getraind worden in het toepassen en uitvoeren van deze functies. Een taak van de opvoeders in de brede zin van het woord.

De definitie van de executieve functies is als volgt; *“Executieve functies zijn cognitieve processen die men nodig heeft voor doelgericht, efficiënt en sociaal aangepast gedrag en om taken zelfstandig te kunnen uitvoeren. Kinderen worden geboren met het vermogen om executieve functies te ontwikkelen. De mate waarin ze zich ontwikkelen hangt af van genetische en omgevingsfactoren”.*

Met andere woorden...een bijzonder belangrijke factor hierin, is zeker het onderwijs. Niet alleen straffen en mopperen als er bijvoorbeeld zaken vergeten of kwijtgeraakt worden, maar leer leerlingen ook om zich in deze vaardigheden te ontwikkelen.

Wat zijn dan de executieve functies?

Doen (de warme functies)

- Organisatie: zoals taken en opbergruimten kunnen ordenen.
- Reageren en inhibitie: nadenken voordat je handelt. Het vermogen om op de rem te trappen.
- Doelgerichte doorzettingsvermogen: een doel kunnen stellen en niet afgeschrikt worden door andere behoeften of tegengestelde belangen.
- Zelfregulatie: emoties kunnen controleren en sturen
- Taak aanpak: op tijd en op een handige manier beginnen aan een taak.
- Cognitieve flexibiliteit: aanpassen aan nieuwe omstandigheden. Van de ene naar de andere situatie kunnen gaan.

Denken (de koude functies)

- Werkgeheugen: informatie kunnen onthouden bij het uitvoeren van taken. Opgeslagen informatie ophalen.
- Metacognitie: overzien hoe je een probleem aanpakt 'Heb ik het handig gedaan?'.
- Volgehouden aandacht: ondanks afleiding toch aandacht blijven geven aan de taak.
- Plannen: een plan kunnen maken om een doel te bereiken.
- Timemanagement: inschatten hoeveel tijd iets kost.

Deze vaardigheden moeten goed en vloeiend samenwerken voor soepel en effectief functioneren.

Op school wordt er op deze functies continue een beroep gedaan.

- Opletten en je aandacht blijven geven aan de instructie en de taak.
- Je werk plannen en organiseren.
- Weten hoe en waar je moet beginnen.
- De geboden informatie uit de instructie toepassen
- Beurtdrag
- Omgaan met uitgestelde aandacht

Hoe kan je deze functies in de klas ondersteunen?

Zorg dat je lokaal prikkelarm is en gestructureerd ingericht.

Begin vooral ook met je eigen bureau!

Houd de tafels van de leerlingen zo leeg mogelijk.

Hang niets dwars door de klas en langs de ramen.

Zorg dat materialen overzichtelijk opgeborgen zijn.

Vermijd chaos in je lokaal met slordige kasten, overal dozen, rugtassen en dergelijke.

Gebruik een instructietafel en begeleid per taak. Grijp in wanneer een leerling af lijkt te haken.

Gebruik een time timer.

Verwoord je handelingen bij het oplossen van een taak.

Maak gebruik van vaste routes zoals bij het ophalen van boeken en schriften.

Succeservaringen

- Succes vergroot het zelfvertrouwen en ook de aanpak van een volgende taak zal met meer vertrouwen opgepakt worden.
- Angst voor de komende rekenles zal de les, die op dat moment wordt gevolgd, kunnen ondermijnen.
- Met pre-teaching is de komende les bekend. Voor kinderen met leerproblemen kan dit een succeservaring creëren als de leerstof al bekend is en besproken. Ze zullen actiever aan de les kunnen deelnemen.
- Wees terughoudend met onverwachte beurten, geef het kind de ruimte erover na te denken en een antwoord te formuleren.
- Minder taken, zodat ook deze leerling ervaart dat hij of zij het werk af krijgt en met meer motivatie zal starten. Mogelijk zal deze leerling na verloop van tijd ook meer kunnen maken.
- Positieve feedback, zelfs op de kleinste handelingen. Positief gedrag benoemen is de grootste en sterkste versterker. Daarnaast zorgt 'het gelukstofje in de hersenen' (de endorfine die vrijkomt) dan voor meer plezier in het werk en meer inzet.
- Help kinderen met plannen. Plannen van repetities, plannen van werkstukken, spreekbeurten maken en met het maken van huiswerk.
- Bied structuur bij het organiseren van werk of van gedachten. Bied kaders. Dit kan m.b.v. wie wat waar wanneer en hoe.

Wat nog meer te doen

Executieve functies kunnen met ondersteunende strategieën geoefend worden.

In het boek van Ed van Uden – ‘*mindmappen met Kids*’ staan erg goede en leuke leerstrategieën om bijvoorbeeld het werkgeheugen te ondersteunen.

Papieren agenda’s worden in het onderwijs vaak niet meer gebruikt, al het huiswerk wordt vaak online in een leerlingportaal, zoals in ‘Magister’ neergezet en ook op hun mobiel. Maar hoe plan je dan overzichtelijk?

De eerste stap in de begeleiding is dan: koop een goede overzichtelijke agenda, zoals de ‘1blik schoolagenda’ of een weekplanner.

Naast veel interventies en tips zijn er vier afstemmingsinstrumenten voor een EF-slimme klaslokaal erg mooi omschreven in het boek ‘*Executieve functies versterken op school*’ van Joyce Cooper- Kahn en Margaret, zijn de poten van een stoel.

Je hebt vier poten nodig om met vertrouwen op een stoel te zitten. Deze vier stoelpoten zijn een metafoor voor de afstemmingsinstrumenten voor een EF- slimme klaslokaal.

- Een goede *Denkhouding*
- Een goede *Planning*
- Voldoende *Herhaling*
- De juiste hoeveelheid *Tijd*.

Zo schrijven Cooper-Kahn en Foster terecht dat alle planning, herhaling en tijd nutteloos zijn zonder de juiste denkhouding van de leerkracht. Denkhoudingen zijn aannames, verwachtingen en overtuigingen over onszelf en over anderen. Deze denkhoudingen beïnvloeden ons handelen en sturen ons gedag. Zonder de juiste denkhouding kan de frustratie en angst bij leerlingen alleen maar groeien en door de prestatiedruk blijven succeservaringen uit.

De vier poten volgens Cooper-Kahn en Foster: Zonder goede planning is er geen tijd voor herhaling.

Zonder de juiste hoeveelheid tijd is er geen ruimte voor herhaling en planning.

Met de juiste denkhouding is er ruimte voor een goede planning, tijd en herhaling.

“Alle leerlingen zullen het met deze elementen beter doen, maar leerlingen met zwakke executieve functies zijn vanaf het begin al ‘wankel’. Hun executieve functies zijn vanaf het begin al wankel, dus moeten alle vier de stoelpoten stevig staan!” (Joyce Cooper- Kahn en Margaret Foster)

Drs. B.C.M. Sanders-rosbergen, Orthopedagoog

‘Smartonderwijs’ www.Smartonderwijs.nl

Literatuur:

Overveld, K. van. (2016). *Groepsplangedrag, planmatig werken aan passend onderwijs*. Huizen: Pica

Cooper-Kahn, J. Foster, M. (2014). *Executieve functies versterken op school, een praktische gids voor leerkrachten*. Amsterdam: Hogrefe uitgevers b.v.

Dawson, P. Guare, R. (2009). *Slim maar...* Amsterdam: Hogrefe uitgevers b.v.

Uden, E. Van (2015). *Mindmappen.... voor kids*. Culemborg: Van Duuren Media.

Smidts, D. & Huizinga, M. (2011) *Gedrag in uitvoering. Over executieve functies bij kinderen en pubers*. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds

Zon, A. van. (2017). *Het kind aan het stuur. Executieve functies; het ontwikkelen van zelfsturing*.

Sanders, B. (2017). *Taalontwikkelingsstoornissen in de klas. Praktische handelingsadviezen en tips*. Houten: LannoCampus