

Begeleidend schrijven bij het interventie model voor de foutenanalyse bij hoogbegaafden kinderen



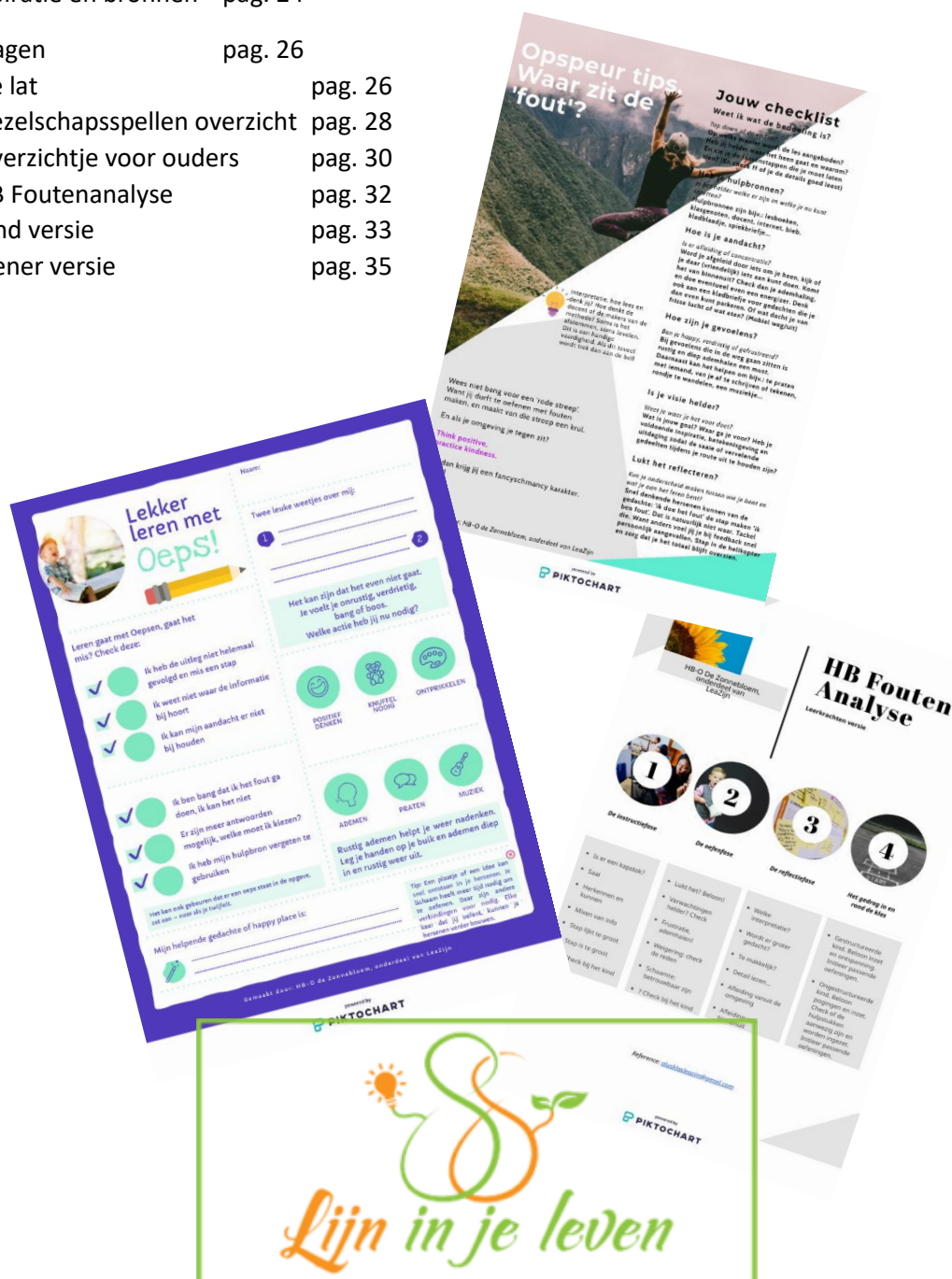
www.lijninjeleven.com

Marjolijn Rietveld-Driesse
Afstudeer opdracht Novilo
Gevorderde Talent Begeleider

februari 2020



Inleiding	pag. 3
Begeleid. Schrijven	pag. 4
Fase 1	pag. 5
Fase 2	pag. 10
Fase 3	pag. 15
Fase 4	pag. 19
Tot slot	pag. 23
Inspiratie en bronnen	pag. 24
Bijlagen	pag. 26
- De lat	pag. 26
- Gezelschapsspellen overzicht	pag. 28
- Overzichtje voor ouders	pag. 30
- HB Foutenanalyse	pag. 32
- Kind versie	pag. 33
- Tiener versie	pag. 35



Inleiding:

Tegenwoordig hoor je het veel: fouten maken mag. Fouten maken betekent dat je aan het leren bent. Toch zie ik niet minder worsteling bij veel kinderen wanneer ze foutjes maken bij schoolwerk. Er komt toch stress bij kijken. Mijn eigen kinderen zeiden op een gegeven moment: "Mama, het is niet waar. Het klopt niet. Fouten maken mag, waarom rekenen ze het dan toch mee en word je er op afgerekend?"

Dit zette mij aan het denken. Leren van fouten is iets wat voor mij heel logisch is, echter het gevoel bij een fout kan nog steeds heel naar zijn. Plus, de ene fout is de andere fout niet. Is een glas water omstoten even erg als een auto in de prak rijden? Is een rekenfout even erg als een kind slaan? Wat geeft meer stress: het hete theeglas op een strak gelakte tafel, of op en tafel met kringen en de lak er half af?

Onze eigen reacties, mindset en emotieregulatie als volwassenen zijn dus ook belangrijk. Hebben wij zelf goed zicht op hoeveel emotie we hebben bij foutjes die gemaakt worden? Wat leven we onze kinderen voor? En wat is nu leren leren, waarbij foutjes onvermijdelijk zijn, en wat is nu een echte fout?

Het is zeker aan te bevelen om zelf en/of met de kinderen een thermometer te maken, wat voor foutjes zijn er en waar zet je ze op de thermometer. Van oeps tot grote ramp.

In dit boekje en met dit interventiemodel hoop ik dat jij als leerkracht iets meer inzicht krijgt in hoe een kind met een krachtig brein kan denken en waar de foutjes kunnen zitten. Door het specifieker te maken hoop ik dat jij concretere feedback kan geven aan het kind waardoor er meer inzicht komt en daarmee meer begrip en met begrip meer ontspanning.

Een stuk stressregulatie dus. Per kind en volwassene kan de stress rondom fouten maken er anders uitzien. Een handig uitgangspunt is het Vecht, Vlucht en Bevries model (Fight, Flight, Freeze). Hierdoor zie je meteen wat er gebeurt. Dit is een respons, dit is niet wie de persoon is. Je kunt een kind/ volwassenen helpen met het trainen van het leren beheersen en terug komen in het grote brein.

Wat ik veel zie is dat deze krachtige breinen heel snel denken, en ergens een kapstok voor zoeken. Dit kan ook een verkeerde kapstok zijn. Zo zie ik vaak de overtuiging:

Ik doe het fout → ik ben fout. Daar hoeven ze niets voor te doen, het is er ineens, zo hupsa, sneller dan het licht is ie daar. En die wordt dan met een beetje pech vertrouwd en het zelfbeeld, de eigenwaarde vervaagd. Daarom is faalangst ook zo hardnekkig, het zit vermengd met hun eigenwaarde. Heel sneu. Ik denk dat het concreet maken van de handeling helpt om het brein een kapstok te geven die geen afbreuk doet aan de eigenwaarde. Het wordt dan een concrete vaardigheid die ze aan het ontwikkelen zijn.

In dit boekje vind je het begeleidend schrijven bij de foutenanalyse poster voor leerkrachten. De poster is een reminder. Een hulpbron voor jou. Daarmee zien de kinderen dat wij als volwassenen ook hulpbronnen gebruiken. Voorleven is goud waard.

Dat maakt waarom ik in de blauwe blokjes reflectieoefeningen heb geplaatst. Hier kun je gebruik van maken om zelf ook weer even stil te staan bij hoe het in jouw eigen leven gaat.

In de bijlage zitten ook nog de schema's voor de kinderen. Deze kun je kopiëren voor het kind. En je mag het kind uiteraard een eigen schema laten ontwerpen. Voor contact: info@lijnijnjeleven.com

Het model bestaat uit 4 fases.

1. Vakinhoudelijke uitleg

Dit is de instructiefase waarin je uitleg geeft en het kind de eerder opgedane kennis activeert en (waarschijnlijk) nieuwe informatie krijgt.

2. De oefenfase

Dit is de fase voor het kind waarin het al dan niet zelfstandig gaat oefenen met de opgedane kennis en zijn/haar vaardigheden oefent.

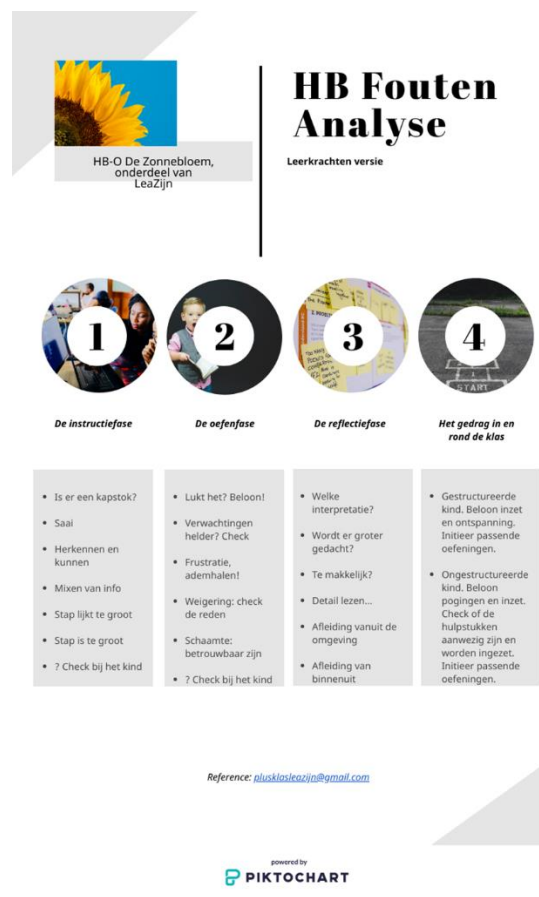
3. De reflectiefase

Dit is de fase dat het kind zijn/haar werk klaar heeft, zelf nog checkt, het nakijken door de leerkracht en het evalueren met het kind.

4. Gedrag in en rond de klas

Deze fase duidt op alle tijd naast de gerichte lessen.

In de hoofdstukken die volgen staan de fases en de elementen die in de poster zichtbaar zijn onder elkaar met daarbij een begeleidend schrijven. In de rechthoekige vakken vind je extra informatie en in de blauwe vlakken reflectie opdrachten. Deze zijn voor jezelf. Eventueel kun je deze met je IB'er bespreken of een keer tijdens een teammoment.



Fase 1 Vakinhoudelijke uitleg

Één van de momenten in het onderwijs is de instructie of extra uitleg die je geeft aan kinderen. Tijdens de instructie begint de ontkieming van of een leerproces en/of stressopbouw. Vandaar dat ik in deze fase begin.

Kapstok

Als je iets wilt gaan behandelen en/of uitleggen begin dan bij de kapstok. Dit voorkomt dat het kind afhaakt omdat het de informatie niet kan plaatsen. Deze kapstok kan op verschillende niveaus aangeboden worden. Groep 8 niveau, VWO 3 niveau, VWO 6 niveau, WO niveau.

Een paar praktische voorbeelden: Taal: het onderwerp en lijdend voorwerp leren. Leg je dat uit stap voor stap uit, of pak je een vreemde of klassieke taal erbij waarbij je meteen met vertalen ziet en merkt waarom je dat zo moet leren. Aardrijkskunde: het kind is bezig met zijn eigen omgeving, landen waar het op vakantie is geweest. (P.O.) Het kind is bezig om beginnend verbanden te gaan leggen tussen bijv. grondsoorten en economie, migratie e.d. (VWO 3) Het kind is bezig met wereldwijde zaken, zoals: migratie, klimaatverandering, weet van meerdere grootmachten het beleid en kan daarover meedenken (VWO 6/ WO)

‘Kladblokmoment’ Kinderen die veel associaties, ideeën en vragen hebben, hebben ruimte nodig om dat een plek te geven. Dit maakt hun werkblad meer leeg en doet recht aan wat ze denken. Als het vlotte werkers zijn kunnen ze de overige tijd gebruiken bijv. in de bieb, op de i-pad of op de computer verdiepende informatie te zoeken. Als het kind meer tijd nodig heeft qua verwerking/ schrijven, dan kun je bijvoorbeeld op vrijdag een ruim uur inplannen dat het kind zijn/haar kladblokmoment heeft.

Algemeen zou je kunnen zeggen: P.O. introductie/kennismaking van een onderwerp, VWO 3 basis kennis, VWO 6 detail en verbanden kennis, WO specialistische en overstijgende kennis.

Dit is een kwestie van uitproberen. In het begin kun je dit met een paar onderwerpen uitproberen. Check in je netwerk of je de niveaus goed hebt qua kapstok. Het kind kan dan zelf aangeven welke kapstok het beste matcht met zijn of haar denken. Als je dit eenmaal weet kun je bij dat vak de kapstok geregeld inzetten. Het kan zijn dat een kind op taal, rekenen en zaakvakken op verschillende niveaus denkt. Dit is echt compleet top – down werken.

Saai

Wanneer je de juiste kapstok hebt voor het kind, kun je ook samen met het kind afspreken wat je wilt zien qua vaardigheid. Tijdens het oefenen kan het kind dan associëren over het onderwerp en dat op een kladbloodje schrijven om als het klaar is, of op een kladblokmoment daar meer info over op te zoeken.

Het kan zijn dat de oefening te saai is, inhoudelijk qua verhaaltje, of qua sommen. Doe de som x 1000 of zoek een tekst op een zaakvak niveau van het kapstok. Het gaat er uiteindelijk om dat het kind de vaardigheid leert en dat kan op verschillende niveaus.

Is het een onderdeel dat ingeoefend moet worden, wat weinig ruimte laat om het naar een passend niveau te brengen? Denk bijvoorbeeld aan schrijfoefeningen in groep 3/4, wat voor veel HB-ers als heel lastig wordt ervaren. Wat dan helpt is externe motivatie. Een spaarsysteem kan bruikbaar zijn. Vijf keer oefenen en dan verdien je.... 10 keer oefenen en dan verdien je Kijk daarin naar de spanningsboog voor het sparen. Soms hebben de kinderen nog motivatie nodig voor het moment zelf, je kunt dan stap voor stap gaan oprekken.

Het kan zijn dat dit tegen je gevoel in gaat, wordt het kind niet te verwend? Dat ligt eraan hoe het kind zich ontwikkelt. En hoe je zelf denkt en omgaat met stimuleren van ontwikkeling. Motivatie en

beloning kan zeker helpen. Grenzen stellen ook. Het is goed om samen met het kind te kijken naar wat is aangeven en wat is klagen.

Als je ziet dat het kind ontvankelijk is voor de aanpassingen en open staat voor uitdaging, dan zie je groei en kun je op karakter vorming gaan zitten om het soms ook te vragen te doen wat er gedaan moet worden. Als er voldoende kleur (passende activiteiten/input) is voor het kind, kun je ook best wel eens wat vragen wat gewoon gedaan moet worden zonder gelijk beloning te geven. Een compliment mag dan genoeg zijn. Voor kinderen is dat percentage in het begin 95 - 5, en dat kun je oprekken richting max. 80 - 20. En in de tienertijd richting volwassenheid is het belangrijk dat de jongeren dit zelf leren coördineren.

Herkennen en kunnen

Is het verschil hiertussen helder voor het kind?

Herkent het kind het? Kan het kind het ook toepassen? Daarvoor is het goed om te kijken naar hoe het kind leert. Door te kijken en dat kijken te herhalen? Of leert het door kijken, doen, kijken, doen?

Hoe groot is het verschil tussen denken en de motoriek? Het kan het verschil zijn tussen flits en donder. Hoe dichtbij is het onweer? Dichtbij? Dan leert het kind makkelijker te doen. Is het ver weg? Dan zal er meer frustratie en gevoel van falen bij het kind kunnen ontstaan. Het kind zal dan het toepassen vermijden waar het kan. De kunst is om

toch zoveel mogelijk te gaan zitten op het talent, en te compacten wat de vaardigheid inhoud. Daar veel complimenten op geven op het moment dat het kind aan het oefenen gaat.

Leg dit proces ook regelmatig uit aan het kind. Teken daarbij de hersencellen en hoe die verbindingen aangemaakt worden. Wissel dit af met bijv. de visuele vergelijking van een snelweg aanleggen. Wat is daar voor nodig? Wist je dat voor praten er 100 spieren aan het werk moeten? En hoe frustrerend is schrijven als je hoofd zo snel gaat, en als je dan ook nog links bent...die kinderen verdienen een medaille!

En dit is een vaardigheid van het grote brein. Dan heb je ook nog executieve functies die vanuit de prefrontale cortex moeten komen. Die weg is best wel lang. Frustratie blokt dat, omdat stress juist de hersens op slot gooit. Dus hoe meer ontspanning hoe beter. Overigens ook een signaal voor als je merkt dat stof/ vaardigheden niet of nauwelijks beklijft.

Reflectie oefening: Waar ligt voor jou de scheidslijn tussen klagen en aangeven? Hoe ben jij hierin grootgebracht? Hoe zit het met jouw arbeidsethos?



WIL JE MEER WETEN OVER EXECUTIEVE VAARDIGHEDEN?

- BREINDIDACTIEK VAN G. DIRKSEN
- EXECUTIEVE FUNCTIES BIJ KINDEREN EN ADOLESCENTEN VAN P DAWSON & R. GUARE
- EXECUTIEVE FUNCTIES VERSTERKEN OP SCHOOL VAN J. COOPER-KAHN & M. FOSTER

Mixen van informatie

Soms kan het gebeuren dat een kind informatie door elkaar gooit. Check hierbij beeldspraak, het kan zijn dat het kind een totaal andere kapstok gebruikt dan dat jij bedoelt. Hierbij is het dus noodzakelijk om niet te herhalen maar om overzicht te creëren. Welke route heeft het kind genomen in het hoofd? En dan uiteenrafelen. Denk aan bijvoorbeeld het verkeerde begrip koppelen aan de opdracht. Tautologie en Pleonasme door elkaar gooien. Of verkeerde tijdsvlak of gebied in gedachten hebben. Dit komt vaak ook doordat ze een half woord horen en daar al op door associëren. Het brein vergaloppeert het kind dan.

Een ander voorbeeld: groep 1,2,3 en een cito. Plaatje van een boom. Bedoeling is dat het kind *boom* schrijft of aankruist. Het kind blokkeert, want het weet niet welk soort het is, eik, appel, loof...of zit met de gedachten al bij de bossen in Brazilië en het probleem met de sojabonen productie. Dan is het goed om terug te gaan naar de instructie en de opdracht concreet te maken, welke vorm van antwoorden gevraagd wordt.

Blokkade, de stap lijkt te groot

Een stap maken, iets nieuws doen kan als heel spannend worden ervaren. Het kind kan daarbij blokkeren en zelfs in paniek raken. Voordat je verder gaat, coach eerst op ademhaling zodat de paniek zakt.

Kijk samen of de stap werkelijk te groot is of dat het zo lijkt. Hierbij zit ook een vertrouwenskwestie. Ken je het kind goed genoeg, dan schat je het in en kun je het kind aanmoedigen om te proberen, een paar keer proberen zonder druk van moeten presteren.

Wanneer het kind je vertrouwt is de kans groot dat het al een succes ervaring met jou heeft en daarop vertrouwt. Ken je elkaar nog niet zo goed, of twijfel je, dan kun je afspreken dat je het samen ook procesmatig evalueert op hoe de stap was. Het kind kan dan zijn/haar eigen ervaring ook weer ventileren. De kunst is om een band op te bouwen waar er in ieder geval geprobeerd wordt. Het kan zijn dat tijdens het gesprek de paniek af en toe wat oplaait. Zorg dan dat je eerst weer op de ademhaling gaat zitten. Train het kind ook dat het te allen tijde naar zijn/haar 'happy place' kan. Andere energie doet wonderen, het vergroot de kans op een succeservaring.

Happy place: het is van belang dat je de kinderen leert om rustig te gaan ademen bij spanning, angst, verdriet en woede. Dit voorkomt overdrive, kortsluiting en/of hyper ventilatie. Door de neus in 1,2,3,4 naar de buik ademen. Daarna 1,2,3,4,5 weer uit ademen door de mond. Laat het kind stevig staan, of recht op zitten met de handen onder de boven benen. Oefen dit op momenten dat het kind ontspannen is, zodat het de oefening kent en kan uitvoeren als de emotie oploopt. Als het rustiger gaat ademen dan in gedachten gaan naar een moment of plek waar het zich veilig, vrij en gelukkig voelt. Bespreek van te voren de plek, zodat jij ook weet hoe het heet en concreet kan noemen.

! Let goed op, sommige (digitale) methodes hebben een heel duidelijke prestatie modus. Denk aan methode die voorbereiden op toetsen, oefeningen voor de cito en de cirkel die kleurt bij Junior Einstein oefeningen. Het is belangrijk dat het kind merkt dat jij echt op proces zit. Dit is als het goed is zichtbaar in jouw manier van coachen. Die rode cirkel dat zal, als jullie samen zien dat er geleerd wordt en dat het kind een stapje verder komt in het proces aangaan dan is dat winst. Daarom is een proces-beloningsschema los van methodes zeer aan te raden. Hieronder een voorbeeld van zo'n schema.

Naam:

Doel: *mijzelf checken bij het lezen, ik luister naar mijn eigen uitspraak en check of ik dat woord ken. Ik lees het nog een keer. Als het lukt is dat winst. Ken ik het woord niet dan vraag ik wat het woord betekend en lees ik het woord nog een keer hardop.*

Groep: 4

Beloning voorbeelden: *1 uur i-pad tijd / stikkervelletje / een oud apparaat uit elkaar halen/ extra tijd in de schooltuin/ één op één tijd voor een spelletje*

Ma	Di	Woe	Do	Vrij
<i>Startdag na de vakantie, je moest weer even inkomen. We hebben kort even wat gelezen. Super!</i>	<i>Je focus lag op: wanneer is het klaar. We hebben het lezen gestaakt en zijn een energizer gaan doen, dat hielp om daarna te concentreren.</i>	<i>Vandaag dictee gehad, dat vond je lastig. Ik zie met lezen dat je steeds meer woorden in één keer ziet. Dat is nu het doel, dus dictee is gewoon oefenen en proberen.</i>	<i>Vandaag heb je heel veel gelezen. Je checkte jezelf en gaf ook aan wanneer de koek op was. Toppie!</i>	<i>Lezen wilde je vandaag niet, je bent wel aan de slag gegaan met rekenen en las zelf de opgaven. Je was zelf ook blij met hoe lekker dat ging!</i>
<i>Rekenen ging vrijdag zo lekker, met geld gerekend. Daar wilde je graag verder mee. Je hebt de woordjes gelezen die moesten, en dat ging prima.</i>	<i>Vanmorgen totaal geen motivatie, je leek ook wat moe. Vanmiddag was je er weer een beetje en je hebt super geoefend met jezelf controleren en stelde vragen wanneer je het woord niet kende.</i>	<i>Je wilde een toets doen. Dus we hebben de M4 op snelheid gedaan. De eerste keer had je teveel stress en blokkeerde je. Na rustig ademen en de wetenschap dat er niets vanaf hangt heb je het nog een keer gedaan en die ging super goed! Je wilde daarna nog een tekst doen, die ging ook weer super.</i>	<i>Lezen ging prima, je had wat minder zin om het woord na het spellen in zijn geheel te zeggen, maar je deed het wel als ik het vroeg. Dit helpt voor je woordbeeld. Als ik je uitleg geeft helpt dat jou. En het is fijn samenwerken met jou!</i>	<i>Vandaag snel afgeleid in je eigen hoofd met gedachten. Je associeerde over elk woordje. Dus heb ik wat sturing gegeven. Over een aantal woorden mocht je associëren en een aantal rijtjes even lekker op tempo. Leuk hoor! Jouw gedachten zijn interessant en sommige waren ook grappig!</i>

! TIP Stoppen op het hoogste punt. Niet je werk afkrijgen, maar stoppen op het hoogste punt is wat je wilt. Als het lukt, dan belonen door de druk eraf te halen. Nachtje slapen en de volgende dag weer proberen. Dat kan dus betekenen dat je na 2 minuten al stopt. Voelt misschien gek, maar het werkt echt.

Als het constant nog niet lukt, dan bespreek je dat het kind het 3 maal oefent, los van het resultaat. Mondeling checken kan ook helpen. Nachtje slapen voor de aanmaak van de verbindingen in het brein en de volgende dag weer verder.

Blokkade, de stap is te groot

Soms kan het zijn dat de methode een sprong maakt die net te groot is voor het kind. Of dat er informatie mist, of het kind afwezig is geweest en informatie heeft gemist. Halveer de stap, neem de schuld op je. "Oeps, dat heb ik verkeerd ingeschat, sorry. Laten we kijken dat we het in delen opsplitsen." Een voorstel doen, en dan de eerste stap laten oefenen. De schuld op je nemen is belangrijk omdat het onze verantwoordelijkheid is als volwassenen om de kinderen passend werk aan te bieden. Als dat niet gebeurt is er geen man overboord, wij kunnen ook foutjes maken en daarvoor sorry zeggen. Dit is meteen voorleven en doet het heel goed bij kinderen met een groot rechtvaardigheidsgevoel. Dat wij dit op ons nemen, ook al is het ook niet direct jouw fout als docent, voorkomt dat het kind de schuld bij zichzelf gaat zoeken of er een barstje in de vertrouwensrelatie komt.

Dat zal niet van een keertje zijn, maar ongemerkt zijn er voor HB kinderen regelmatig barstjes en moeten ze veel incasseren wat wij niet of nauwelijks zien.

?

Soms weten we het niet precies waar het aan ligt. Dan kun je altijd samen met het kind daar op een rustig moment eens over kletsen. Niet in het moment zelf. Dan is de emotie te hoog. Gebruik ook jouw eigen hulpbronnen. Ouders, collega's, IB'er, HB-specialist. Het kan zijn dat er sprake is van twice -exceptioneel, of dat er thuis iets speelt, of dat er simpelweg nog even geen rijping is. Kinderen ontwikkelen in sprongen, terwijl de meeste methodes vanaf groep 3 op alle gebieden tegelijkertijd vooruit loopt. Dat past eigenlijk in basis al niet bij hoe mensen ontwikkelen. Niet alles kan de volle aandacht krijgen. Het kan dus soms echt het verschil maken wanneer de nadruk een half jaar op het ene ligt en het andere half jaar op het andere. Door de stof te compacten kan dat ook prima.

Bijv. rekenen sept- jan, taal feb- juni. Of groep 4 rekenen, groep 5 taal.

Soms wisselen van methode kan ook wonderen doen, even een ander boekje. Of via een zaakvak de vaardigheid aanleren kan ook goed werken. Maak concreet waar het niet lukt, om welke vaardigheid het gaat en bedenk (samen) 3 opties om het via andere wegen te proberen. Evalueer welke het beste werkt.

*Reflectie oefening: Hoe leer jij?
Hoe is het voor jou als iets niet
lukt? Waar wordt jij giftig van?
Wat helpt op dat moment wel
of niet? Hoe heb je het
uiteindelijk opgelost?*

Fase 2 De oefen fase

In deze fase worden de meeste foutjes gemaakt. Het kan zijn dat het kind bij de inschatting dat het potentieel fouten gaat maken al stopt met proberen. Er is dan maar 1 fout die ze kunnen maken, en dat is je hulpbron/stuk niet gebruiken. Verder is alles terug te leiden naar een verkeerde overtuiging, een onrust, een storing, een vaardigheid die mist of zwak is, onzekerheid of eerdere ervaring. En dat vraagt opheldering, nieuwe input, time out, oefenen op een ander vlak en/of herstel. Je zou foutjes dan eerder kunnen benoemen als de missende bouwsteen voor de snelweg die in het hoofd moet worden gelegd.

Vaak helpt het om beeldend te spreken of met voorbeeld plaatjes te werken. Het activeert de kapstok, maar kan ook helpen de gevoelens die bij dit proces komen te verwoorden/ verbeelden.

Denk bijvoorbeeld aan het maken van een weg. Wat komt daarbij kijken? Wat als er al een weg ligt? Die moet eerst weggehaald worden, dat is veel werk. Het loont om de tijd te nemen om iets in één keer strategisch goed aan te leren. Als er al een 'eigen' weg ligt, dan kost het tijd om die te upgraden, maar wanneer we dat doen en er een mooie asfalt weg van maken kan er daarna ook werkelijk alles overheen. Asfalt bestaat uit bitumen en aggregaat. Bitumen bind het geheel samen, aggregaat zorgt voor de sterkte zodat er ook veel overheen kan. Dit kun je als beeldende taal inzetten voor het leerproces. De ene keer is het nodig om de bitumen te regelen (bindende factor) → nieuwe cellen, transmitters en axon's (je brein moet kennis maken met de nieuwe stof). En de andere keer is het nodig om met het mineraal aggregaat aan de slag te gaan (dragend vermogen) → vaardigheden oefenen (dit kan regelmatig ook door een totaal andere activiteit dan de stof die geleerd moet worden). Je kunt ook een eigen voorbeeld gebruiken. Het is handig om iets te gebruiken wat aansluit bij het kind. Door iets te kiezen waar ook gelijk een stukje intellect bij geprikkeld wordt, zoals dit voorbeeld, zijn ze vaak enthousiaster om het als hulpbron aan te nemen.

Benoem of het in de bitumen zit of de aggregaat. Bijvoorbeeld bij een gemis aan planning: het kind begint gelijk te knippen zonder eerst even het geheel te bekijken: "Ah dat is een aggregaatje, even een nieuw blad pakken, dan mag jij het eerst in zijn geheel bekijken en daarna gaan knippen." Bij het voor het eerst 3d tekenen, waarbij het kind struikelt over hoe de lijnen moeten komen: "We moeten even wat bitumen gaan regelen, nachtje slapen doet wonderen, morgen proberen we het weer 3 keer." (Check of het kind wel diepte kan zien, door bijv. een spel als: gooi het pittenzakje in de mand. Als dit niet lukt, laat ouders het kind onderzoeken bij een vakkundige opticien of oogarts. Bij jonge kinderen die dyslexie lijken te hebben is dit soms de oorzaak).

Het lukt

Whoepwhoep, nice! Feestje. Is dit het hoogtepunt? Dan stoppen. Kunnen we nog een stapje verder? Dan gaan we dat. Zorg dat er verdiepingsmateriaal is op niveau van het kind. (Denk aan de kapstokken, groep 8, VWO 3, VWO 6, WO). Verzamel ook met elkaar interessante websites en informatie boeken op deze verschillende niveaus. En vergeet de inzet niet te belonen.

Het lukt niet:

Verwachtingen

Met welke verwachting heb jij deze oefening gegeven aan het kind en met welke verwachting is het kind zelf deze oefening gaan maken? Zorg dat de verwachtingen helder zijn. Spreek ze uit, schrijf ze eventueel op, laat ze door de leerling uitspreken. Check het doel en de afspraken. Het kan soms handig zijn om een afspraken schriftje te hebben. Bij twijfel kun je dan samen even checken. Geef psycho educatie op een rustig moment over verwachtingen, met het oog op faalangst tackelen. Kapstok denken is heel handig, echter het beeld denken maakt ook dat de kinderen een compleet plaatje in hun hoofd hebben waar 'het gemaakte' aan moet voldoen. Als het paard die je tekent niet

lijkt op die zoals in je hoofd dan is het nodig dat je snapt hoe wij kunnen denken in beelden en hoe het werkt met onze motoriek. Een boek kunnen lezen betekent nog niet dat je zelf een verhaal kan schrijven. Daar zitten verschillende stappen en vaardigheden in. Een schilderij heeft lagen, zo ook andere projecten. Maak de lagen inzichtelijk.

Frustratie

Frustratie brengt een mix van emoties, boos, woede, angst, verdriet, teleurstelling en ga nog maar even door. Belangrijk is dat het kind weer rustig wordt. Het heeft geen zin om op dat moment door te duwen, want het kan mogelijk wel iets op papier krijgen maar het beklijft niet en de oefening wordt gekoppeld aan frustratie, zo krijg je stapeling en uiteindelijk is de emmer vol.

Rustig worden houdt in dat het kind 20 tot 30 minuten nodig zal hebben om de stress te laten zakken. Laat het kind even wat anders doen, naar buiten gaan als dat kan, tekenen, muziek luisteren, lezen. Geen beeldscherm op dit soort momenten! Dat pauzeert maar lost niet op.

Zit de frustratie in het nu of is die verbonden aan eerdere frustratie of zelfs trauma?

Zit het in het nu, check dan of er tijdsdruk op zit, dit kan een onnodige druk geven en prestatie drastisch verminderen. Ook een leuk extraatje zoals Squala heeft veel oefeningen op tijd, dat kan stress verhogend werken. Er zit namelijk al heel veel tijdsdruk in een dag, wat ongemerkt wel het stresspotje vol kan druppelen. Opstaan, aankleden, op tijd eten, op tijd naar school, op tijd in de klas zijn, op tijd stil zijn, op tijd drinken, op tijd naar buiten, op tijd omkleden, op tijd weer terug naar de klas, op tijd stoppen, op tijd letten bij een opdracht, op tijd...

Het kan ook zijn dat het kind te snel wil. Het legt zich de eis op om als eerste klaar te zijn, is constant in competitie stand. Hier kun je de uitdaging verleggen, het op een ander gebied aanbieden. Net als bij het spelletje 'Runner up' waar je juist 2^e moet worden. Of dat het kind 3 keer per dag een competitie mag inzetten, van te voren kiezen, en daar mag het los. De andere momenten zijn competitie vrij. Of af en toe tussendoor even een raadsel, quiz, tempo leestest, éénwieler of iets dergelijks waar het door uitgedaagd wordt.

Check de stappen bij fase 1. Zorg dat het kind weer rustig gaat ademen en benoem bijvoorbeeld dat het nu 5 minuutjes gaat oefenen. Het hoeft totaal niet klaar te zijn, als er maar 5 minuten geoefend wordt. Begin klein met de aantal minuten oefenen, stap voor stap kun je die oprekken.

Zit de frustratie op gebied van eerdere frustratie, check dan waar die frustratie toen zat en maak met het kind de afspraak dat jullie dat samen gaan tackelen. Dat dat punt belangrijker is dan het werk in het nu. Het werk nu is dan een middel om dat doel te bereiken. Of pak even ander werk waar de vaardigheid mee kan worden geoefend om frustratie te voorkomen. Het belangrijkste is dat het kind de vaardigheid aan leert, de kennis en het toetsen van die kennis kan ook later.

Zit de frustratie op het gebied van trauma, dan stoppen. In dit geval is het van belang om duidelijke afspraken te maken met de IB'er/ HB-specialist in hoeverre en op welke manier je druk zet en wanneer je de druk weer loslaat. Je kunt hier mee gaan oefenen als het kind de ademhalingsoefeningen goed kan, de happy place kan

Focus in het nu. Dit gaat om aandacht voor de taak. Het kladblaadje om gedachten te pauzeren kan dan helpen. Hulpgedachten van te voren afspreken:

- Nieuwe ronde, nieuwe kansen
- Ik ben de taal oefen superheld (gebruik fantasie!)
- Als ik dit oefen dan ben ik nu hier op mijn stoel, met mijn voeten, handen, hoofd en die heb ik hier nu nodig voor deze opdracht. Straks mag mijn hoofd weer aan andere dingen denken.
- Als ik in de doe modus ga, mijzelf over de drempel help kan ik ook weer in een flow komen en een flow voelt lekker.

toepassen en voldoende focus in het nu kan houden.

Deze vaardigheden zijn nodig zodat het kind grip kan houden op de momenten dat het brein vol aangaat op herinneringen vanuit trauma. Als deze vaardigheden lukken, dan kleine stappen maken en stoppen op het hoogste punt. Feestje vieren!

Weigering

Check de stappen bij fase 1. Check ook de omgeving. Zie fase 4 Afleiding. Daar werk ik dit punt uit.

In basis weigert een kind niet zomaar. Er zit een gedachte achter. Dit hoeft niet perse iets heftigs te zijn, ga op zoek naar het meest simpele antwoord. Het kan ook dat een kind simpelweg eens iets probeert, een experimentje doet. Wat gebeurt er als ik het niet doe?

Check of het helder is hoeveel en wat het kind moet maken. Compacten is goud waard. Daarbij ook bij de kinderen die moeite hebben met schrijven duidelijke afspraken maken over wat ze wel en niet hoeven schrijven. Leg bijvoorbeeld uit (op een rustig moment) waarom we woorden die voorgedrukt staan overschrijven en niet een lijntje trekken naar het lege stuk in de tekst. Dit is voor de taal reproductie snelweg. Als het kind al heel vaardig is met spelling, neem dan het Pi-dictee af, zodat het kind ook vrijgesteld kan worden van onnodige herhaling. En anders heb je inzichtelijk dat het kind daar nog wel oefening voor nodig heeft. Overigens, als je gaat doortoetsen met bijv. Pi-Dictee en DLE rekentoets, toets alles bij HB kinderen, ze kunnen soms op lage of middenniveau een groot hiaat hebben en op hoger niveau prima functioneren. Je wilt een compleet beeld, dat vraagt dus een top down benadering, ook bij doortoetsen. En vergeet niet daarbij of het laagste niveau over te slaan of goed uit te leggen waarom je dit wel doet. Anders is na de eerste 5 sommen de motivatie al onder het nul punt en sta je 3-0 achter en krijg je geen goed beeld. Raakt een kind gefrustreerd of is een kind ziek, niet toetsen, je krijgt dan geen goed beeld van wat het kind beheerst. Houd je doel daarin goed voor ogen. Het doel is dat je een beter beeld krijgt van het kind, het doel is niet je aan de regels houden. Mocht je hiaten zien, ga dan kijken wat prioriteit heeft en hoe jij je focus houdt op waar het kind goed in is. Het gevaar is dat we teveel focussen op wat niet goed gaat. Het leereffect is echter groter wanneer we focussen op wat goed gaat. Maak een prioriteiten lijst gezien vanuit het kind, waar heeft het de meeste kans op succes ervaringen? Wat geeft het meeste zelfredzaamheid?

Het kan ook zijn dat een kind allerlei beren op de weg ziet, en dat je die eerst even moet tackelen. "Ja maar wat als ik een black out krijg? Wat als ik niet netjes schrijf? Wat als ik weer als laatste klaar ben? Wat zullen anderen van mij denken?" Ga niet de discussie aan, maar schrijf de beren samen op en neem ze mee voor de evaluatie fase. Als de beer al eerder is getackeld kun je dat herhalen. "Weet je nog dat je vorige keer als laatste was, maar dat jij op een ander momentje even tijd kreeg om lekker te kleuren/ computeren?" "Ik let vandaag alleen op de letter e, dan gaan we samen de mooiste zoeken."

Het kan ook zijn dat het kind al aanvoelt dat er frustratie zou kunnen komen en gooit de deur bij voorbaat al dicht. Dan kun je de stappen doorlopen die ik bij frustratie heb aangegeven.

Het kan ook zijn dat het kind aan het staken is, het vindt iets onrechtvaardig, of het is een onderwerp wat allang passé is voor het kind. Kijk dan samen naar welke vaardigheid er moet worden geoefend, check of het kind dit al kan. Als het de vaardigheid beheerst dan is het klaar, en bied je de volgende stap aan of ander werk. Als het de vaardigheid nog niet beheerst, kijk je of er een andere tekst is of knutsel opdracht voor het kind om die vaardigheid te oefenen.

Het kan bijvoorbeeld zijn dat het kind in zijn/haar ontwikkeling muzikaal al veel verder voorruit is. Of dat ze het knutselen echt heel beu zijn. Maak handvaardigheid weer leuk voor kinderen door met ander materiaal te werken zoals hout en lijmpistolen, een keer zagen, met de naaimachine aan de slag en schakel daarvoor ouders/ grootouders in om te helpen indien nodig. Of geef kinderen de ruimte om vanuit het voorgestelde idee zelf te gaan creëren i.p.v. een eigen kopie variant te moeten

maken. Al komt er compleet iets anders uit, dikke prima. Het kind is bezig met vaardigheden en kan vanuit de juiste laag van de taxonomie van Bloom aan de slag.

Er kan ook iets anders intern in de weg zitten. Dit punt werk ik ook verder uit bij fase 4, Afleiding.

Schaamte

Wist je dat veel kinderen en mensen zich schamen voor fouten die ze maken?

“Wat zullen anderen van mij denken? Het zit goed in mijn hoofd, ik kan het wel zeggen, maar als ik het moeten laten zien, gaat het mis. En dan is het beeld wat ik van mijzelf heb stuk, en ook het beeld wat anderen van mij hebben. Wat als mensen boos worden, mij afkeuren? Dan word ik bang en schaam mij. Dit hoor ik te weten, ik moet mij schamen als ik het niet in één keer snap en kan...”

Het zijn maar wat overtuigingen als voorbeeld. Het gevoel van schaamte kan heel groot zijn. Het kan maken dat een kind niet tot werken komt, of foutjes probeert te verbergen. Het kan ook zijn dat het en publiek niets doet maar stiekem eerst op de slaapkamer gaat oefenen tot het de vaardigheid beheerst en het dan laat zien.

Het kan zijn dat het bewust zijn zodanig vooruit is dat het kind kan zelf-reflecteren op een niveau dat verder kan zijn dan dat van een volwassene. Het gevaar is alleen dat het oordeelsvermogen nog niet voldoende ontwikkeld is om daarbij ook tot een rechtvaardige conclusie te komen en daarbij tot ontspanning. Het kan dus ongrijpbaar voor je zijn hoe het kind denkt. De kans is ook klein dat het kind dit stukje deelt. Daarom is een vertrouwensband zo ontzettend belangrijk. En als die niet met jou is, laat dan een leerkracht van het jaar daarvoor, of de O.A. of wie dan ook die wel die band met het kind heeft dit oppakken. Vertrouwen, veiligheid en vanuit daar de blokkerende gedachte tackelen door te hertaxeren van gedachten. (Tip! “Tekenen je gesprek” hulpboekjes, met onderwerpen als: werkhouding, faalangst).

Met het hertaxeren bedoel ik dat de vertrouwenspersoon het passende ‘oordeel’ samen met het kind kan gaan plaatsen. Is het eerlijk wat je denkt? Wat zou beter passen? En daarbij psycho educatie kan geven over fases van ontwikkeling, over de snelweg en de bitumen en aggregaat. Als er voldoende vertrouwen is, dan kun je ook gaan onderzoeken of de gedachten wel kloppen, en de volgende stap is dat het kind ter plekke gaat leren checken of zijn/haar gedachte klopt. Hierdoor komt er meer controle doordat het in een handelende positie wordt geplaatst in plaats van een ‘gedwongen tot verbergen’ positie.

Check als docent ook de veiligheid in de groep, is het echt veilig? Soms kunnen kinderen op afstand al signalen uit zenden naar elkaar. En dan heb ik het nog niet eens over de mobieltjes.

Maak samen met ouders en IB’er een plan om de eigenwaarde en het zelfvertrouwen van het kind te vergroten. Hier kan mogelijk vanuit de zorg hulp in worden geschakeld.

Reflectie oefening: Wanneer ben jij er klaar mee? Gooi jij de knuppel in het hoenderhok? Wanneer schaam jij je, durf jij jezelf niet meer te laten zien? Durf jij je hoofd boven het maaiveld uit te steken?

?

Wat als het nog niet duidelijk is? In ieder geval de druk ervan af halen. En op een rustig moment met het kind in gesprek. Neem hier ook de tijd voor, spreek bijvoorbeeld af dat jullie samen 2 weken de tijd nemen om dit te onderzoeken. Geef een aantekeningen schriftje aan het kind, of hou die zelf bij je als het kind nog geen eigen laadje heeft. Ga observeren, af en toe even checken bij het kind. *Wat maakt dat dit lukt? Oké, dat is interessante informatie, schrijven we in het schriftje. Wat maakt dat dit niet lukt?* Alle info neem je mee, ook daar waar je het niet weet. En dan evalueer je na 2 weken. Soms kom je samen tot verrassende inzichten. Als het licht niet is aangegaan, ga je om raad vragen bij hulpbronnen, ouders, IB'er, e.d.

Het onderpresterende/ onderduikende kind.

Heb jij ze door? Ze zijn vaak prettig in de klas, houden zich op de vlakte. Scoren gemiddeld of prima voldoende. Dit kan een gemiddelde zijn van de optelsom, het ene uitmuntend doen en het andere ineens onvoldoende. Het kan ook een kind zijn dat om zich heen kijkt en levelt naar wat het om zich heen ziet. Zo kunnen ze op methode toetsen gemiddeld of laag scoren en op de cito ineens heel hoog. Of ze gaan bewust foutjes maken, want het hoofd boven het maaiveld uitsteken zullen zij uit zichzelf nooit doen. Zeggen dat je het antwoord niet weet als je de beurt krijgt, en het ondertussen prima weten. Deze kinderen zullen extern niet snel voor problemen of strubbelingen zorgen. Als ouders komen met het verhaal dat het kind thuis niet te genieten is en eruit knalt, zou je wel eens te maken kunnen hebben met een onder- presteerder. Neem dergelijke signalen van ouders serieus en haal er een IB'er bij. Maak samen een plan om de onderpresteerder vertrouwen te geven om uit de schulp te komen en zichzelf te gaan laten zien.

Het kan ook beginnen met een onderbuik gevoel dat er meer in het kind schuilt dan je ziet. Maak het bespreekbaar met ouders en IB'er. Ga niet tegen een kind zeggen: jij kan beter, jij kan meer. Dat heeft geen zin. Maak eerst een plan, en dan weet je hoe je het kind gaat benaderen.

Onder dit kopje vallen ook de kinderen die bang zijn voor straf. Zij zullen zich aanpassen en het zo goed mogelijk willen doen. Op veel scholen is er veel nadruk op bijv. verplicht huiswerk maken, anders zijn er consequenties. Het kind zal het ten koste van zichzelf maken. Uit angst voor straf. Of ze laten niet zien hoe energiek ze eigenlijk zijn, want daar wordt negatief op gereageerd. Zeker meisjes duiken hierop vaak onder. Ze zetten het gewenste masker op.

Fase 3 de reflectiefase

Deze fase begint al wanneer het kind klaar is met oefenen en/of de toets maken. Hoe checkt een kind? Bespreek dit ook klassikaal. Wat doe je als je twijfelt? Hoe check je of je nieuwe gedachte wel de juiste is? Hoe leer je je eigen spelling 'aggregaten' op te speuren? Welke vragen stel je jezelf na een rekentoets? Welke na een werkstuk? Neem tijd om de kinderen te leren reflecteren op hun proces en product. Focus zelf op de positieve punten, bekrachtig het kind. Onthoud de hiaten die je ziet, noteer die elders. Vraag het kind welk succes het meeneemt voor de volgende keer. En vraag ook of het kind nog ergens in wil oefenen/groeien. Dat hoeft maar 1 ding te zijn. En daar maak je samen met het kind een plannetje voor hoe het daaraan gaat werken. Dat kan heel simpel, bijvoorbeeld:

Spelling – extra oefenen op Junior Einstein komende week.

Rekenen – thuis aan papa en mama vragen of er spelletjes gedaan kunnen worden als Rummikub of Stenen tijdperk. Tijdens gym hoepels neer leggen en vooruit tellen (springen) en achteruit tellen (springen).

Schrijven – Elke dag 5 keer de letter f schrijven deze week. Of elke dag 5 woorden uit een andere taal mooi overschrijven in een schriftje.

Tekenen – een poppetje lukt niet, dan gaan we focussen op het tekenen van een oog.

Geschiedenis – Klokhuis canon/ Welkom bij... kijken thuis of op school

Ontwerpen/ verhaal schrijven – en daarbij het oefenen met het maken van een mindmap

Er zijn allerlei vormen om het kind extra te laten oefenen zonder dat ze droge stof moeten herhalen. Wat je kunt doen is een ideeën box maken met de kinderen, dan kun je op een gegeven moment een kind dat een doel heeft, bijv. leren delen, in die ideeën box laten snuffelen hoe het wil gaan oefenen.

Analyse

Het analyseren van toetsen. Wat ik veel zie is dat toetsen gecheckt worden op het antwoord maar dat nog niet elke docent bij twijfel de toetsen gaat analyseren. Dit kan een tijdsfactor zijn. Echter, wanneer je dat in het begin van het jaar doet, dan kun je al snel tackelen wat er gebeurt en uiteindelijk een hoop tijd besparen. Wat kun je dan checken?

- Interpretatie. Toetsen zijn gemaakt met een bepaald idee. Het kan zijn dat er nog andere ideeën mogelijk zijn met de vraag. Het kind ziet meerdere opties, het ligt er maar net aan hoe je het bekijkt. Om dit goed te checken moet je dit bij het kind navragen, welke gedachte had je bij deze vraag? Als je merkt dat de gedachten een andere kant op gaan dan die van de toetsenmaker, kun je of het kind gaan trainen op deze stijl van toetsen, of het kind een keer een andere toets aan bieden. Denk aan het verschil tussen IEP en Cito. Maar ook aan methode toetsen en Cito. Bij een leerling die slecht blijft scoren kun je ook een mondeling afnemen, om zo te checken hoe de gedachten lopen en of de stof er wel of niet in zit. Plus je krijgt meer inzicht waar het kind al zit. Als het gaat om schrijven en denken (snelheid van licht en geluid verschil) en daardoor slecht scoren dan heb je ook gelijk dat inzicht. Leer de kinderen ook aan dat ze bij twijfel als het gaat om interpretatie een ~ neer te zetten voor de opgave. Dit kan ook voor een opgave waarvan het kind vermoedt dat er een fout in de opgave staat.
- Groter denken. Vaak vragen toetsen feitjes, stukjes van een groter geheel. Het is mogelijk dat het kind al in dat grotere geheel denkt. En daardoor moeite heeft om het juiste kleine feitje te benoemen. Check of de vraag concreet genoeg was, en check of het kind wel kleine feitjes

kan weergeven vanuit de top down variant. Leer het kind dan die weg te volgen. Vaak helpt het om het kind mee te nemen alsof het zelf een leraar is, je wilt iemand dit uitleggen, dan heb je eerst de kapstok, en dan wil je de details vertellen. Deze vragen zijn gericht op die details, de puzzelstukjes.

- Te makkelijk. Soms kunnen vragen ook simpel wel naar de bekende weg vragen en dan is makkelijk echt heeeeel stom vervelend en wordt het juist heel moeilijk. Want er komen dan vragen in je het hoofd als: *‘waarom moet ik dit weer doen? Vertrouwen ze me niet? Had ik het vorige keer dan toch fout?’* Met de nodige emoties erbij en dan is de prestatie ver te zoeken. Herhaling moet nuttig zijn, is iets ingeoefend, dan kan herhaling nodig zijn om het bij te houden, die herhaling kan in het curriculum zitten, de meeste methodes doen dat wel. Is het dan nodig om die feitjes elke keer weer te toetsen? De scheidslijn tussen te makkelijk en teveel van hetzelfde kan dun zijn. Check die goed, want het kan ook zijn dat de vorm van hoe de toets eruit ziet te veel herhaling op roept en het kind de inhoud al niet meer goed leest omdat het dit ‘soort’ toetsen al sinds groep 3 krijgt en er klaar mee is.
- Detail lezen. Er zijn kinderen die leren op woordbeeld i.p.v. detail lezen. Dit maakt dat ze details missen in de zin. Zeker met redactie sommen is dat goed te zien. Het kind kan prima rekenen maar scoort toch lager dan verwacht. Geef het kind een overzichtskaart van kernwoorden bij redactie sommen, laat hen die er in het begin ook bijhouden bij de toets. Dat is het inzetten van een hulpbron. Tot die hulpbron geïnternaliseerd is. Check ook of er tijdsdruk op de toets zit of in het kind. Daardoor kan het ook zijn dat het kind de rust niet neemt om goed te lezen.

Reflectie oefening: Hoe ging het leren bij jou vroeger? Als vanzelf of moest je er hard voor werken? Wat doet het met je als een kind of ouders meer weten dan jij?

Afleiding

Als het gaat om afleiding proberen alle leerkrachten het tijdens de toets zo stil mogelijk te houden. Dat helpt al zeker. Hieronder nog een paar tips wat kan afleiden, zodat je inzicht hebt in wat er kan spelen voor het kind. Ik maak daarin onderscheid tussen omgeving en intern bij het kind.

Omgeving:

Ondanks dat het heel stil is zijn er vaak nog veel geluiden. Klikken van een pen of voet, het horen van de stopcontacten, ademen van je buurman, de vogels buiten... Of is stilte juist heel eng, spannend en geeft extra stress. Er zijn kinderen die beter rekenen op muziek dan bij stilte.

Ook kan wat er voor die tijd op de dag is gebeurd van invloed zijn op de concentratie in het hier en nu. Is er een akkefietje geweest op het plein? Is het kind ergens van geschrokken? Is er een leraar boos geworden of een leerling? Speelt er ruzie in de klas? Zijn ze op beeldscherm geweest vlak voor de toets? Het kan zijn dat het kind nog opwindings heeft die nog niet gezakt is.

Toets omgeving. Sommige scholen kiezen ervoor om al vrij vroeg met cito toetsen in een gym lokaal te gaan zitten, zoals bij de groep 8 cito. Dit kan een voorbereiding zijn, maar ook onnodig stress opbouwen. Het maakt toetsen tot een heel gewichtig iets. Mijn pleidooi is dat het iets wordt wat een check is, niet het belangrijkste in het leerproces. Maak het zo gewoon mogelijk.

Als je bang bent voor afkijken, weet je vaak ook al welke kinderen daar gevoelig voor zijn. Laat die van te voren een spiekbriefje maken. Dat is een geweldige hulpbron, en als ze die goed maken geeft

dat ook al inzicht in dat ze weten wat ze nodig hebben voor de toets. Of zet alleen kinderen apart als ze spieken. Het checken doe je voor jezelf, en zelfs een advies voor het V.O. hangt niet af van 1 toets.

Is het onderwerp te saai of te boeiend en associeert het kind weg, gaat het dromen? Dan een teken afspreken met het kind, een saai teken, of een boeiend teken. Zodat het even kan communiceren met je zonder te spreken. En zend ook een bemoediging terug zoals een duim omhoog of sympathievol knikje.

Daarna ga je samen kijken hoe je het oefenen passender kunt maken. Boeiend? Dan krijg je even een kladblaadje om je associaties kwijt te kunnen voor straks. (Die kan ook al preventief uitgedeeld worden). Bij dromers spreek af hoe je hen weer in contact zet in het hier en nu. Op rustige momenten kun je oefeningen in zetten voor executieve vaardigheden die helpen om aandacht in het hier en nu te houden.

Als het gaat omgevingsfactoren ga je eerst zelf bijschaven en bekijken of je het anders kan faciliteren. Als dat niet werkt, dan ga je dit pas met het kind bespreken. Zo houd je de verantwoordelijkheid bij jezelf.

Intern

Intern kan er al van alles gebeuren waardoor een kind niet kan laten zien wat het kan. Zoals ik bij de omgeving al beschreef, veel van wat buiten het kind gebeurt kan toch binnen komen bij het kind. Voor wie meer wil weten hierover is het zeer aan te raden kennis te maken met de super-excitability's van Dabrowski.

Hij heeft beschreven hoe kinderen sensaties en prikkels kunnen opnemen of nodig hebben wat effect heeft op hun ontwikkeling en functioneren. Je ziet over het algemeen dat hoe hoger het IQ is bij hoogbegaafden, hoe meer van deze 5 gebieden een rol spelen. Het kan dus zijn dat een kind alle 5 in zich heeft. En dan is er ook nog verschil in de intensiteit van beleving. Potentieel fantastisch, maar in een schoolse setting 'killing'. Het is dus zaak om hier goed naar te kijken en op tijd de IB'er en ouders voor in te schakelen om een plan te maken hoe het kind de mooie kanten kan omarmen en vaardigheden en voldoende rust krijgt om te kunnen omgaan met wat erbij komt kijken.

Dit kan anders leiden tot burn-out en/of bore-out. Ook kan het leiden tot veel twijfel en angsten.

Doordat deze kinderen zo snel leren (en zoveel bewustzijn hebben en ervaren) kunnen zij al dingen leren voordat wij überhaupt de eerste week van het schooljaar erop hebben zitten. Zij zullen hun eigen coping mechanisme inzetten, en die mogelijk ook weer redelijk kunnen verbergen. Iets aanleren is makkelijker dan afleren. Dus als je van te voren weet dat er (mogelijk) hoogbegaafdheid speelt, maak dan vooraf een goed plan, check goed bij ouders welk gedrag past bij het kind als hij/zij

De 5 Super Excitability's

Psychomotorisch; denk aan: lijfelijk aanwezig, actie, energie, snel praten, minder slaap nodig.

Zintuigelijk; denk aan: intens kunnen genieten of last hebben van kleuren, geuren, klanken, voelen.

Intellectueel; denk aan: honger naar kennis, interesse in complexiteit, zelfreflectie, problemen willen oplossen, diepe vragen stellen.

Verbeelding; denk aan: beelddenkers tot aan fotografisch geheugen, fantasie, groot inbeelding/ inleving vermogen, wegdromen, grappen creëren.

Emotioneel; denk aan: Emoties kunnen er snel zijn en zeer intens, van verliefdheid tot woede. Intense gevoelens bij verbondenheid, en de emoties die er vroeger zijn geweest kunnen in vol ornaat worden herinnerd. Voelen wat de ander voelt en dat nog niet of nauwelijks kunnen onderscheiden van de persoonlijke gevoelens.

zich goed voelt en welke als het zich niet goed voelt. Zorg dat vanaf het begin helder is dat het kind zijn/haar eigen leerlijn mag volgen, en dat er meerderen zijn die dat doen. Bespreek dit ook openlijk met de klas. Het kan zijn dat het voor de meeste kinderen iets is wat aan hen voorbij gaat, maar voor de hoogbegaafden is dit een stuk *mandaat* dat klassikaal wordt gegeven om een eigen proces te mogen hebben.

Het is daarin helpend als jij voor jezelf helder hebt hoe je omgaat met verschillen en daarin jouw eigen flexibiliteit oprekt. Let op je taalgebruik, is dat ruimte gevend of *normaliserend*. Mag een kind een eigen proces hebben of ervaar je dat bijv. als een last of als elitair? Als je de kwaliteit hebt om ergens wat van te maken, zelf grenzen aan te geven, te roeien met de riemen die je hebt en het leven van de positieve kant te bekijken zal dat ook een basissfeer in de klas neerzetten.

Kijk ook met elkaar naar het tot rust komen. Kan het kind alle indrukken verwerken? Overleg met IB'er, ouders en directie over een vrije middag kaart die ingezet kan worden, of een dag in de week minder zodat het kan bijslapen/ bijkomen. Het verwerken gebeurt in de slaap en door spel. Het kan ook nodig zijn om bijvoorbeeld de intellectuele honger te stillen. Zeker als het kind al op een hoger intellectueel niveau functioneert van 16 jaar of ouder. **Wees niet te voorzichtig hiermee, ga niet eerst 'aankijken', durf dit soort maatregelen preventief in te zetten.** Je hebt er veel meer aan dat het kind met rust en begeleiding door de schoolperiode heen komt, dan dat het thuis komt te zitten.

Plusklas: het is fijn dat dit er meestal al is. Voor veel kinderen is het zeer welkom. Echter het kan zijn voor verschillende HB-ers dat het programma niet aansluit, er alsnog geen echte peers zijn, er onvoldoende ruimte wordt ervaren om vriendschappen te sluiten, het veel te druk is qua prikkels.

Als je de hoogbegaafden wilt begeleiden die meerdere super excitability's hebben, in waar zij mee worstelen of waar zij in kunnen excelleren, dan zou je moeten denken aan een groepje van 4 a 5 kinderen. Persoonlijk trainen en de tijd en aandacht eraan schenken kan het verschil maken op wel of geen uitval. Momenteel is het voor de meeste leerkrachten roeien met de riemen die je hebt. Wees daar open over naar de kinderen en ouders toe. En kijk samen hoe je de krachten kunt bundelen om het kind zo goed mogelijk te begeleiden. Schakel ook op tijd het SWV in voor bijv. een HB-coach voor het kind. Zeker wanneer een klein groepje zoals ik beschrijf nog niet mogelijk is.

Als het gaat om interne factoren dan is preventie alles, dus begin gelijk met overleg met ouders, kind en de IB'er.

Reflectie oefening: hoe is er
voor jou innerlijke welzijn
gezorgd toen je jong was?

Wat was daarin waardevol en
neem je mee? Wat heb je
gemist?

Hoe zorg jij nu voor jouw
innerlijke welzijn?

Fase 4 Gedrag in en rond de klas.

Ik maak een onderverdeling tussen 2 soorten gedrag. Gestructureerd gedrag en ongestructureerd gedrag. Op dit gebied worden zorg en school met elkaar verworven. Uiteraard wel goed kijken naar de grens van jou als leerkracht, je bent geen behandelaar. Dus als er gedrag is dat overstijgend is en niet te begeleiden in opdrachtjes tijdens sociale momenten, zaakvakken, gym, vrije gedeelte, dan is daar een specialist voor nodig om met het kind aan de slag te gaan. Communiceer dit ook duidelijk naar ouders en IB'er. Als het met een persoonlijk leerplan niet in de groep kan, met de plusklas en RT en de 'kind gesprekken' niet toereikend zijn, dan ligt daar de grens. De meeste leerkrachten zijn ook heel zorgend, wees daar alert op. Dat is een kracht, maar het kan ook een valkuil zijn.

Het gestructureerde kind:

Dit zijn de kinderen die heel fijn zijn in je klas. Daar heb je geen last van. Toch vraagt ook dit kind om aandacht. Het neigt namelijk vaak naar het negatief-perfectionistische en er is een kans op onderpresteren. De kans op depressie bij dit kind is aanwezig. Het kan ook zijn dat het kind een vorm van autisme heeft. Daar goed naar kijken. Voor het kind met autisme is het wijs om sommige interventies op maat aan te bieden. Denk aan humor, inleven en de structuur omgooien. Het is niet zo dat je deze oefeningen niet kunt doen, maar ze hebben meer kader nodig en kleinere stappen. Kinderen met autisme zijn vaak heel visueel in hun denken en dat helpt hen om kapstokken te bouwen in het brein.

Het kan ook zijn dat het kind van nature ongestructureerd is, maar door de omgeving zich aanpast.

Perfectionisme is heel prima. Denk aan luchtverkeersleiders en chirurgen. Graag op die plekken iemand die perfectionistisch is en met aandacht en oog voor detail werkt. Perfectionisme is prima, het is wel belangrijk dat het kind ook kan ontspannen en het geen kramp wordt. Dan wordt het negatief en zijn er vaak ook negatieve overtuigingen.

→ Als het gaat om de lat (te) hoog leggen, zie dan Bijlage 1.

Een paar tips en activiteiten die je kunt inzetten ten bate voor dit type kind:

- Bij perfectionisme: werk in stapjes opdelen en educatie geven over de hersenen, beeld en vaardigheid die nog niet synchroon lopen en die hersenen hebben dus tijd en 'geknoei' nodig.
- Kladblaadjes inzetten, Kladversies maken.
- Beloon het kind voor ontspanningsmomenten, het kunnen loslaten van moeten en presteren. Als het een rommeltje is, dat even lekker leren laten zijn.
- Aanbieden van humor, ontspanningsoefeningen, drama, improvisatie, durven stoute schoenen aan te doen.
- Filosoferen met beelden denken.
- Energizer om even een kort moment te bewegen of gek te doen
- Afspraken maken om binnen de structuur soms juist even wat anders te doen. Een kring moment ergens anders zitten of zelfs missen door iets anders te mogen doen, een keer rekenen tijdens taal...Een keer extra lang buiten spelen met de klas.
- Je werk een keer niet afmaken, de laatste 3 sommen open laten.

Het gestructureerde kind zal ook vrij wettisch onthouden wat de bedoeling is. Het helpt om daarbij wel concreet aan te geven wat de bedoeling is en wat de vrije ruimte is. Eventueel in het begin een voorzetje geven. Veel complimenten geven op proces en daarbij als het mogelijk is even oogcontact, en een schouderklopje. Voor het gedrag in en rond de klas en de oefeningen die je gaat inzetten kun je ook ruimte maken op het rapport. Daar is ruimte voor het doel en voor de becijfering van het proces. Initiatief nemen/ erover spreken: 8, proberen: 9, actief doen: 10. Geen min cijfers, het vakje

blijft dan gewoon nog open staan. Hebben jullie een vast systeem? Bespreek dan met je team dat je bijv. nog een apart blad kan toevoegingen bij / in het rapport, of dat je in de vorm van losse diploma's gaat werken en die kan uitreiken aan het kind.

Bruggetje voor de beoordeling van de lesstof: verdeel de becijfering in proces en toets. Net zoals op het V.O. dat docenten bijvoorbeeld een voldoende geven die mee telt voor het maken van huiswerk. Zo kun je bij dit kind cijfers geven voor kladwerk en kladblaadjes. Als voorbeeld: tekenen, tekent het kind meteen met vaste lijnen, of durft het te schetsen? Als het na aanmoediging gaat schetsen, geef je daar een 8 voor. De 9 kunnen ze verdienen door de schetsoefeningen uit te breiden (lijnen, golven, cirkels, haar, veren schetsen). De 10 kunnen ze verdienen door bij een teken opdracht uit zichzelf eerst een schets te maken.

Ander voorbeeld met rekenen: durft het de tafels op te zeggen terwijl het er nog niet helemaal in zit? Dan hebben ze een 8 te pakken, durven ze vaker hardop te oefenen een 9, gaan ze met rekenen kladblaadjes gebruiken, schetsen en het mislukte laten staan en daarnaast opnieuw te beginnen zodat jij hun proces ziet? Een 10!

Reflectie oefening:

En jij? Ben je meer gestructureerd of ongestructureerd? Wat helpt jou om ontspannen te blijven in wie je bent? Wie heeft jou daarbij geholpen en hoe?

Het ongestructureerde kind:

Dit zijn de kinderen die te laat komen, spullen kwijt raken, een rommeltje maken van etui en lades, vergeten op te ruimen, of het eerste beste lege plekje in de kast zien als optie om iets neer te leggen. Kinderen waarvan hun lijf houdt van bewegen, en omstoten van bekers regelmatig voorkomt. Struikelen, vallen, antwoorden roepen, super enthousiast kunnen zijn, grappen maken door de klas. Graag meerdere dingen tegelijk doen of snel afgeleid kunnen zijn. Belangrijk is dat het kind hulp krijgt bij organisatie en dit kan opbouwen in het brein. Bitumen. Het vraagt geduld en goed kijken, complimenten geven op de initiatieven en onderliggende motieven. Wanneer het kind hierop leert vertrouwen en bouwen kan het eerder bij zijn prefrontale cortex aankomen en daar liggen de interne hulpstukken – executieve vaardigheden.

Het kan overigens ook dat het kind gestructureerd is maar zich aanpast aan de klas en ongestructureerd lijkt om niet op te vallen.

Een paar tips/ hulpstukken die je kunt inzetten ten bate voor dit type kind:

- Meerdere dingen tegelijk mogen doen. Teken tijdens luisteren, muziek tijdens het rekenen
- Muziek met tempo gelijk aan een hartritme van een lichaam in rust
- Oefeningen die helpen concentreren in het nu
- Moppen/ grappen en grollen kladblaadje
- Fantasie oefeningen, in je hoofd kunnen doen wat in de klas niet kan
- Schoenen uit en met sokken aan de voeten in ritmes op de vloer laten bewegen
- Actie in stappen tot organisatie belonen
- (Visuele) Hulpstukken voor organisatie, volgorde, tijdreminder
- Rondje rennen op het plein, of een springhoek ergens in school (denk bijv. aan een Saturnus hopper)

- Voor in de kring:
De keuze om te zitten op de stoel of grond of te staan, als het gezicht maar te zien is voor jou als leerkracht.
Iets in de handen om te doen.
Als het onderwerp te saai is hen een breinbreker geven om op te lossen of een idee om in hun hoofd ergens over te fantaseren.
Afspraken maken over hoe vaak het kind erbij is in de kring, het kan ook een aantal kring momenten even voor zichzelf werken, of op een ander plekje rustig mee luisteren.

Ook voor deze doelgroep is het aan te bevelen om cijfers te geven op proces en op resultaat. Het proces wat jij kunt becijferen richt zich op het oefenen met vaardigheden om rust en structuur te implementeren. 8: Legt spullen, jas, tas, op de juiste plek/ doet aan oefening mee/ volgt de aanwijzing op van de leerkracht, 9: ontdekt zelf wat het is vergeten/ is binnen het kader gebleven/ kan zelf het hulpstuk inzetten, 10: is op tijd en heeft de juiste materialen bij zich/ heeft een opbouw in het geheel laten zien/ zet zijn energie gestructureerd om in activiteit.

Bruggetje naar lesstof: een 8 voor initiatief tot werkhouding/ het gescheiden houden van klad en net/ op aanwijzing van leerkracht een aandacht oefening inzetten, een 9 voor een positieve werkhouding / het zelf toepassen van de aandacht oefening als het wordt afgeleid, en een 10 voor een geconcentreerde werkhouding.

Extra ideetjes voor beide type kinderen:

- Voor kleuters vieze kleren dag, één dag in de week dat water en zand ook echt gemengd mogen worden. Pakketje schone kleren mee, en omkleden na het ontdekking/kliederklodder moment. Binnen kan dit gedaan worden door bijv. proefjes met bakjes en bekken. Mengen met materie als: suiker, zout, zeep, scheerschium, lijm..e.d. Hierbij geen opdracht maar vrije ruimte. Waar het kind op let is dat het bijv. op het aanrecht of de tafel blijft, of binnen de zandbak. Dat is de organisatie die het leert. Dan kan het via trial en error verder ontdekken. Wat kan bij oudere kinderen is met weer andere materialen werken, en denk ook aan soepjes creëren (zonder recept).
- Ontleden/ uit elkaar. Bloemen/ planten ontleden en eventueel natekenen. Oude apparaten (uit de kringloop of die ouders wegdoen) uit elkaar halen. Met schroeven draaiers en tangetjes. (Denk aan veiligheidsbrillen!)
- Tekenen met je voeten
- Mozaïeken/ strijkkralen, sorteren kan heel rustgevend zijn of juist een goede oefening. Mozaïeken kan ook met vierkante gekleurde papiertjes.
- Kneezand/ klei/ stressballetje/ pompommetje om aan te voelen, te kneden. Een pompommetje is uitermate geschikt om in het laadje te houden en te allen tijde kan het kind die in de hand nemen.
- Tekenen van molecuulstructuren, structuren veranderen en opzoeken wat er dan ontstaat.
- Gezelschap spellen spelen. Er is bij veel spellen en scala aan reken en taal vaardigheden, organisatie vaardigheden en schakel/ improvisatie vaardigheden waar kinderen veel baat bij hebben als het gaat om executieve vaardigheden. In Bijlage 2 zit een overzicht van allerlei

Mocht je denken, hier is echt begeleiding op nodig, als je dit stap voor stap oefent met de kinderen kun je binnen een jaar kinderen zelfstandig hierin maken en kunnen ze al heel veel zelfstandig. Ik ken 6 jarigen (ja, ook die beweeglijke 😊) die al heel verantwoordelijk met een lijmpistool, een mes en een kooktoestel om kunnen gaan. Ze weten wat ze zelf kunnen en waarbij ze even hulp moeten vragen. Het vraagt tijd om het goed aan te leren, maar het maakt heel zelfstandig. Je houdt dan een oogje in het zeil, maar je hoeft er niet constant bij te blijven staan. En als het kind dit nog niet aan kan, dan probeer je het een tijd later weer eens.

spellen en aan welke vaardigheid je dan werkt. Dit kun je ook als tips meegeven aan ouders, dat daar thuis mee geoefend wordt.

- Een tekening maken (met vingers) op de rug van iemand anders. Met hardere en zachte druk. Laat de kinderen aangeven welke druk ze het prettigst vinden.

Tot slot

Ik hoop dat dit helder was en je inzichten heeft gegeven. Je kunt nu in de begeleiding van het kind de foutenanalyse erbij pakken en checken waar je het kind kunt helpen. Je kunt met het kindschema ook samen kijken met het kind waar hij/zij denkt dat het vastliep of loopt. Voor de kinderen die al wat ouder zijn in leeftijd of emotionele ontwikkeling heb ik ook een tiener variant gemaakt.

Zo ben je samen een team. Om ook een team te kunnen zijn met de ouders heb ik ook een bijlage gemaakt met een overzichtje voor ouders (bijlage 3). Die kun je kopiëren en aan hen geven.

De bijlage Over de lat kun je ook aan ouders meegeven. De bijlage Gezelschapsspellen (executieve functies) is ook zeker aan te raden om mee te geven.

Waarom zoveel geven? Win-win, daar geloof ik echt in. Investeer, geef en zie het als win-win. Zeker omdat de samenwerking ook kwetsbaar kan zijn met de ouders van deze doelgroep is het fijn als je kunt delen, het samen opzoeken. En zo creëer je ook de driehoek, ouder- school – kind rondom dit onderwerp.

Zit jij zelf nog met een vraagstuk of een open eindje in de casus, ga eerst in gesprek met je IB'er/ de HB-specialist bij jullie op school. Als het een vraag is vanuit dit model, kun je ons mailen. En mochten jullie op school concreter training willen in dit model kunnen jullie ook contact opnemen.

info@lijninjeleven.com

Dit is het mailadres van HB-O de Zonnebloem, onderdeel van Lijninjeleven.com het vroegere Lea Zijn. Lea Zijn is mijn bedrijf en gestart in 2012, in 2020 is het Lijninjeleven gaan heten. Deze is gericht op hulpverlening en therapie. Echter in de praktijk bleek ik veel te maken te hebben met meer en hoogbegaafden mensen en gezinnen. Daardoor is er ook een brug geslagen naar het onderwijs. Die brug is HB- O de Zonnebloem gaan heten. Dit ontstond op het moment dat onze kinderen de uitslag kregen en hoogbegaafd bleken te zijn. Ik kreeg op de terugweg naar huis het beeld van Zonnebloemen. Durf je een Zonnebloem te zijn, de potentie en het talent te ontwikkelen en te laten groeien? Ook als dat groot wordt, ook als je de meeste wind vangt? Met de zon leren mee bewegen, en uiteindelijk heel veel vrucht te dragen?

Toen we thuis kwamen, kwam iemand langs, met... een bos Zonnebloemen.



Inspiratie en bronnen:

De schema's heb ik zelf gemaakt en ontwikkeld. Echter ook ik heb mij ingelezen en zo mijn bronnen. Daarom noem ik dit gedeelte inspiratie en bronnen.

Onderwijs:

DAWSON, P. & GUARE, R., *Executieve functies bij kinderen en adolescenten, een praktische gids voor diagnostiek en interventie*
Uitgeverij Hogrefe

FONSECA, C., *Emotional Intensity in gifted students*
Uitgeverij Prufrock Press Inc., Second Edition

KOENDERINK, T. & LOUWERSE, R., *Is het voor een cijfer?*
Uitgeverij Novilo

LEMOV, D., *Teach like a champion*
Uitgeverij Ced Groep

MONTGOMERY, D., *Teaching gifted children with special educational needs*
Uitgeverij Routledge, Londen & New York

TRAIL, B.A., *Twice-exceptional gifted children, understanding, teaching, and counseling gifted students*
Uitgeverij Prufrock Press Inc.

VERSTRAETE, I. & NIJMAN, K. *Handboek leren leren voor het voorgezet onderwijs*
Uitgeverij Pica

- Dit boek gaf mij voor de 145 plus hoogbegaafde kinderen in het basisonderwijs meer input dan wat voor het basisonderwijs is geschreven.

Begeleiding/ Therapie:

BOSZORMENYI-NAGY, I. & KRASNER, B.R., *Tussen geven en nemen*
Uitgeverij de Toorts

DANIELS, S., PIECHOWSKI, M.M., *Living with intensity*
Uitgeverij Great Potential Press

LAMMERS van TOORENBURG, W., *Hoogbegaafd nou én?*
Uitgeverij Samsara

LEAF, C., *Switch on your brain*
Uitgeverij Baker Books

VERHEUGT-PLEITER, J.E., SCHMEETS, M.G.J. & ZEVALKINK, J., *Mentaliseren in de kindtherapie*
Uitgeverij Van Gorcum

WEBB, J.T., AMEND, E.R., GORE, J.L. & DeVries, A.R., *De begeleiding van Hoogbegaafde kinderen*
Uitgeverij Van Gorcum, herziene editie

Overig

COVEY, S.R., *The 7 habits of highly effective people*
Uitgeverij FranklinCovey

RASHID, M., *A journey to softness*
Uitgeverij Trafalgar Square

SCHULZ, K., *Oeps! Waarom fouten maken ons grootste talent is*
Uitgeverij Maven Publishing

Bijlage 1 de Lat

Er zijn veel HB-ers die te horen krijgen dat ze de lat te hoog leggen. Die lat geeft dan stress denken mensen. Ik denk dat het genuanceerder ligt en heb een opzetje gemaakt om meer inzicht te krijgen voor de leerkracht/begeleider en de leerling. Ik vind het belangrijk dat we genuanceerd en planmatig leren kijken naar latten. Anders zijn ze een constante onderliggende bron van 'Ik doe het fout'.

Soort Lat	Motivatie	Begeleiding
Beschermend	Als het niet lukt dan lag mijn lat te hoog en kan ik er niets aan doen, het geeft excuus/ een back up	Leren reflecteren op inzet en inschatten van eigen kunnen.
Finish/ Goal	Daar wil ik naar toe	Top, en welke tussen stations zijn er op de route? Deze inzichtelijk en haalbaar maken
Beeldvorming	Dit heb ik in mijn hoofd, zo moet het zijn	Leren verdragen van de praktijk, die weerbarstig kan zijn. Overzicht welke vaardigheden nodig zijn om dat plaatje uit het hoofd uit te werken, begeleiding en leren oefenen met die vaardigheden Onderzoek hoe realistisch het plaatje is, hoe nuttig het is/ moet het nu of kan het ook later/wil je hier zoveel tijd in investeren en wat voor vaardigheden/ team je nodig hebt om dat te kunnen realiseren.
Onbekend	Ontdekken wat je kunt	Durf te gaan ontdekken, maak plannen, waar wil je de komende tijd in groeien? Maak concrete haalbare plannen. Het zijn oefeningen, dus het hoeft niet te lukken qua product! Welke mensen en activiteiten kunnen daarbij helpen?
Te laag	Extern geremde lat, door naasten of de maatschappij.	Inzicht in waarden en normen. Lef om het hoofd boven het maaiveld uit te steken. → Als jij je plafond niet kent, dan is de opmerking: "je moet je lat lager leggen" niet eerlijk. Dan is het een opgelegde rem en moet jij je aanpassen aan de anderen. Als sporters de lat

		niet hoger zouden leggen dan zouden er nooit records gebroken worden. Magische grenzen... Go for it! Doorbreek ze! Wat en wie heb jij nodig om daar te komen? Nogmaals, daarvoor heb je wel proceslatten nodig!
Inzet	Ervoor willen gaan, aan willen staan.	Over het algemeen zit je als HB-er al op 80% resultaat als jij 20% geeft, of soms op 100% als je 5% geeft, zeker in het basisonderwijs. Op je werk kan het zijn dat mensen allang blij en tevreden met je zijn, terwijl jij het gevoel hebt dat je lui bent. Ontdek hoeveel je kunt geven om excellent te kunnen zijn, waarschijnlijk al met 50% inzet, en gebruik de andere 50% aan energie voor een ander project/hobby/studie etc. Of verdeel het over 5 projecten...

Bijlage 2 Gezelschapsspellen

Wat je ook goed kunt gebruiken zijn gezelschapsspellen. Sommige mensen houden niet zo van spellen. Dat kan. Dan wil ik je wel vragen om te onderzoeken waarom je er niet van houdt. Is dat vanwege het competitieve, of vanwege de hoge geluksfactor? Veel spelletjes die kinderen leren of simpel weg te spelen zijn hebben hiervan een zeer hoog gehalte. Dan is het niet gek dat jij de conclusie hebt getrokken dat je niet van spelletjes houdt. Veel mensen zijn opgegroeid met spelletjes als monopoly, risk, ganzenborden, rummikub. Er is tegenwoordig een enorme verscheidenheid aan spellen. De spellen in de lijst zijn meestal alleen in de echte spelletjeswinkels te koop, niet in een speelgoedwinkel.

Pluspunt: je bent dan sowieso samen, hebt als het goed is plezier, kunt autonoom zijn, en in een warme liefdevolle sfeer is er vaak ook een groet door knuffel, een vriendelijke aanraking op schouder, mogelijkheid om te praten etc. samen te eten... Een paar concrete voorbeelden van spellen: Spel geel gekleurd, dan speel je samen tegen het bord en is er geen onderlinge competitie. Spel met activering van kennis is groen. Spellen specifiek voor rekenvaardigheid zijn paars.

Kort spel 10-30 min

SPEL	Organisatie	Motoriek/hand-oog coördinatie	Overzicht houden	Geheugen	Samenwerken	Planen	Prioriteren	Strategie	Rem	flexibiliteit	Bluf
Set		x	X								
Tokyo Highway	X	Xx	X			x		X	X	x	
Oh Fox	X	X	X	X		X	X	X		X	X
Pizza party	X	X	X			X	X	X			
Kakkerlakken poker			X	X		X	X	X	X	X	X
Speed cups	X	X								X	
Déjà vu		X	X	X							
Halli galli		X									
Happy salmon		Xx	X		X					X	
Sushi go			X			X	X				
Rummikub	X		X				X			X	
Droomhuis			X	X		X					
Magic maze	x	X	X		X		x	X	x	X	
Schaken			X			X		X			
30 seconds				X	X						
Code names			x	X	x						

Gemiddeld spel 30-60 minuten

SPEL	Organisatie	Motoriek/hand-oog coördinatie	Overzicht houden	Geheugen	Samenwerken	Planen	Prioriteren	Strategie	Rem	Flexibiliteit	Bluf
Terra/ Fauna				X		X	X	x			X
Klaverjassen			x	X	x		X	X	X	X	X
Boerenbrigade (tien)	X		X	X				X	X	X	X
Flame rouge	X		X			X		X	x		
Carcassonne			X	X			X			X	
Dominion			X	X			X	X			
Scotland yard	X		X	X	X			X			X

Cottage garden	X		X			X	X			X	
Saboteur	X		X	X	X			X			X
Flash point			Xx		X		X	X			
Koehandel	X			x				X			X
Kolonisten van Catan	X		X			x	X	X		x	
Stenen Tijdperk	X		X			X	X	X	X	X	

Langer dan 60 minuten, al deze spellen oefenen en vragen rekenvaardigheden.

SPEL	Organisatie	Motoriek/hand-oog coördinatie	Overzicht houden	Geheugen	Samenwerken	Plannen	Prioriteren	Strategie	Rem	flexibiliteit	Bluf
Hoogspanning	X		xx			X	X			x	
Memoir	X		Xx			X		x		X	
Suburbia	X		Xx			X	X	X		X	
Viticulture	X		Xx			X	X	X	X	X	
Pandemie	X		Xx	X	x	X	X	X		X	
Kanban	X	x	Xx	X	X	X	X	X	X	X	
Great western trail	X		Xx	X		X	X	X	x	X	X
Puerto Rico	x		Xx	x		x	x	X		X	

Concentratie wordt bij elk spel getraind. Daarbij kun je wel kijken dat het ene spel meer of langer concentratie vraagt dan het andere. Bij HB-ers is moeilijk vaak leuk en makkelijk vaak niet leuk. Wat je kunt proberen is in de middenklasse een spel pakken met een onderwerp dat het kind aanspreekt en waarvan het kind het mogelijk nog niet kan. Je kunt wat elementen makkelijker maken, of het in een weekend/ doordeweeks vaker spelen. Een nachtje slaap doet ook wonderen: helpt de informatie verwerken. Afspreken dat je het minstens 3 keer gaat spelen. Bij de meeste kinderen zie je dan groei. Wil je het een keer zien/samen doen hoe dat aanpassen werkt, laat het weten. Emotieregulatie wordt ook gevraagd bij elk spel, sommige kunnen iets meer losmaken dan anderen. Speel je voor jezelf, speel je samen tegen het bord, speel je competitief, speel je op tijd...allemaal factoren die mee spelen. Ook het winnen/verliezen of denken dat je gaat winnen of verliezen kan al veel emoties losmaken. Aan kunnen: Je kunt op verschillende delen aan gaan. Aangaan kan door: de groepsdynamiek, de snelheid, het kunnen opbouwen, associëren, de snelle rouleren en veel kansen. Aan gaan herken je bijvoorbeeld aan: positieve adrenaline, stralende oogjes, plezier, meer willen, maar denk ook aan oprecht intens huilen/frustratie omdat het heel leuk is, en je het heel graag wilt kunnen maar nog niet lukt.

Mocht je denken: ik heb die vaardigheden al voldoende, dan nog kan het helpend zijn omdat er meer verbindingen komen naar je bovenste hersenen, en als je blijde stoffjes krijgt is dat heel belangrijk. Het zal maken dat je extra buffer hebt op gebieden waarbij je er harder aan moet trekken. Blijde hersenen zijn liever, flexibeler en creatiever.

Bijlage 3 Overzichtje voor ouders

Ik hoor vaak: foutjes maken mag, maar mogen alle foutjes? Het kan helpen om te onderzoeken in jullie gezin hoe jullie met fouten maken omgaan. Om te beginnen wat onderzoek-/ reflectievragen voor jullie als ouder(s)/verzorger(s):

1. Was er vroeger ruimte om fouten te maken? (beschikbaarheid opvoeders/ leerkrachten, tijd, geld, kennis)
2. Hoe werd er vroeger gereageerd als je een fout maakte?
3. Hoe werd er vroeger op je gereageerd als je iets niet wist? (Werd dat je aangerekend?)
4. Hoe werd er vroeger gedacht over hulp nodig hebben?
5. Hoe denk jij daar nu over? Moet je het zelf kunnen?
6. Heb je kunnen oefenen met fouten maken of lukte alles? (Wat niet lukte dat deed je gewoon niet, want daar was je dan niet goed in.)
7. Was er knowhow over leerproblemen? Ben je daar in begeleid? En als je er in begeleid bent, was dat vanuit een positieve mindset/andersdenkend/verwerkend of vanuit een probleem/disfunctie gedacht? Beelddenkers die lineair les krijgen, top down leren, dyslexie/dyscalculie/non-verbale blokkade/gehoorschade...etc.
8. Ben je opgegroeid met een positief of negatief mensbeeld? Van origine goed / zondig. Je bent oké/ in de basis ben je fout.
9. Moest je liefde/goedkeuring verdienen? Werken voor liefde/goedkeuring maakt dat je eigenwaarde afhangt van prestatie...niet van wie je bent. Fouten maken betekent dan het mislopen van liefde/erkenning/goedkeuring.

Neem tijd voor deze vragen en bespreek het met iemand die jij vertrouwt. Inzicht helpt vaak al in mild worden naar jezelf en anderen. Ook kun je een punt eruit kiezen waar jij zelf in zou willen groeien. Maak een plannetje hoe je dat gaat doen, zorg dat het haalbaar is en beloon jezelf ook 😊.

Info die je niet wilt missen:

Als je makkelijk leert door te kijken en kan kopiëren of doordat je snel van begrip bent kan het zijn dat je brein niet went aan het proces van leren. Ik heb wel een gehoord dat een gemiddeld persoon 35 keer oefent op een nieuwe vaardigheid. Een heel aantal mensen kan dat binnen 10 keer, en je hebt zelfs mensen die binnen 3 keer iets kunnen. Kinderen die in 1 keer gaan lopen of praten, kinderen die altijd A scoren op school... Lijkt heel mooi, maar het nadeel is dat er een overtuiging bestaat dat je of iets kan, of iets niet kan. Maar het brein leert niet leren. Je bent niet je brein, je traint het.

- Wanneer je dit herkent, dan is het dus zaak om je brein te leren leren. Dit kan door oefeningen, spelletjes, nieuwe hobby's en daarbij procesgericht leren kijken i.p.v. eindresultaat gericht. Je frustratie tolerantie zal opgerekt moeten worden, en je foutenacceptatie worden geactiveerd. Je zal psycho educatie nodig hebben (wat dit bijvoorbeeld is), een coach die je praktisch en positief kan bijstaan en iemand/mensen die kunnen voorleven en aan jou geven.

Ik heb een beknopt schema gemaakt om wat meer te differentiëren om zo recht te doen aan gevoelens die kunnen komen bij foutjes maken. Je kunt deze gebruiken voor volwassenen en kinderen.

Soort 'fout'	Reactie	To do
Ik wist het niet	Uitleg	Oefenen/toepassen
Ik snap het niet	Uitleg, concrete feedback	Oefening
Motorische oeps (glas melk om)	Rustig blijven. Kan gebeuren. <i>Train jezelf hierop, amygdala-kleine hersenen...hoeveel tolerantie heb je zelf?</i>	Overleg over wat nu te doen, wie wat opruimt, wanneer en hoe. Daarna pas handelen. Anders geef je non-verbaal een heel ander signaal dan verbaal.
Cognitieve oeps (ik dacht...)	Vraag om gedachten te gaan delen	Niet alleen denken of veronderstellen maar gaan checken/ benoemen.
Gevoel oeps (boos doen)	Cognitie eronder ontdekken Checken of de boosheid passend is	Reguleren van emoties, denk tijd oefenen tussen impuls en reactie
Cognitief (het lukt toch niet, ik moet het zelf kunnen)	Psycho educatie, succeservaringen	Kleine stapjes maken, oefenen <i>(kan ook op een heel ander gebied, even een veiligere/positievere associatie)</i>
Communicatie	Denken-voelen-handelen checken Actie – reactie checken Verzender – ontvanger inzicht	Afspraken maken over hoe je communiceert. Dit gaat niet vanzelf. Dit moet je leren.
Hulpbron niet gebruikt	Pak/ activeer je hulpbron	Doe het opnieuw
Zijn niveau, wie je bent.	Onderzoek, klopt het wat mij is geleerd over wie ik ben? ¹ Hulpbronnen (mensen) inschakelen	Eigen keuzes maken, autonomie in verbondenheid opbouwen.
Ethische waarde en norm overtredingen vanuit verkeerde patronen of onwetendheid	Aan het licht brengen en samen kijken naar de wortel van het gedrag.	Breng constructieve en positieve mensen/activiteiten/invloeden in je leven

Wanneer er door een fout schade is ontstaan, ga je samen kijken naar hoe je dat kunt oplossen. Wat is er nodig in de relatie, en wat is er nodig aan materieel.

Van fouten leer je, en voor de consequenties pak je (samen) verantwoordelijkheid. Daarbij uiteraard oog voor leeftijdsadequaat. Dan kun je binnen de relatie excuus aanbieden en vergeven.

Overnemen: in basis is het als iemand of iets (geld) je fouten oplost dan leer je er niets van, sterker nog, je krijgt er een vervelend karakter van. Echter als opgroeiend kind kun je nog niet alle consequenties dragen, zorg dat het natuurlijk is en passend bij de leeftijd/ ontwikkeling.

¹ Er is bijv. in Nederland onder gelovigen een wortelgedachte gangbaar dat als je iets fout doet dan heb jij het gedaan en als het goed gaat dan is het God die je behoedt of genadig is. Zo kun je zelf nooit valideren en van jezelf gaan houden. Je zult kritisch blijven met grote kans op bijv. depressie. Voor HB-ers die veel bezig zijn met het existentiële, het onderwerp vergeving of hun relatie met God de tip: YayGod.nl

Bijlage 4. HB Foutenanalyse voor de leerkracht



HB-O De Zonnebloem,
onderdeel van
LeaZijn

HB Fouten Analyse

Leerkrachten versie



De instructie fase



De oefenfase



De reflectie fase



**Het gedrag in en
rond de klas**

- Is er een kapstok?
- Saai
- Herkennen en kunnen
- Mixen van info
- Stap lijkt te groot
- Stap is te groot
- ? Check bij het kind

- Lukt het? Beloon!
- Verwachtingen helder? Check
- Frustratie, ademhalen!
- Weigering: check de reden
- Schaamte: betrouwbaar zijn
- ? Check bij het kind

- Welke interpretatie?
- Wordt er groter gedacht?
- Te makkelijk?
- Detail lezen...
- Afleiding vanuit de omgeving
- Afleiding van binnenuit

- Gestructureerde kind. Beloon inzet en ontspanning. Initieer passende oefeningen.
- Ongestructureerde kind. Beloon pogingen en inzet. Check of de hulpstukken aanwezig zijn en worden ingezet. Initieer passende oefeningen.

Reference: plusklasleyzj@gmail.com



Lekker leren met Oeps!



Leren gaat met Oepsen, gaat het mis? Check deze:

- ☒ ☐ Ik heb de uitleg niet helemaal gevolgd en mis een stap
- ☒ ☐ Ik weet niet waar de informatie bij hoort
- ☒ ☐ Ik kan mijn aandacht er niet bij houden

- ☒ ☐ Ik ben bang dat ik het fout ga doen, ik kan het niet
- ☒ ☐ Er zijn meer antwoorden mogelijk, welke moet ik kiezen?
- ☒ ☐ Ik heb mijn hulpbron vergeten te gebruiken

Het kan ook gebeuren dat er een oeps staat in de opgave, zet een ~ neer als je twijfelt.

Mijn helpende gedachte of happy place is:



.....
.....

Naam:

Twee leuke weetjes over mij:

1

.....
.....

2

Het kan zijn dat het even niet gaat.
Je voelt je onrustig, verdrietig,
bang of boos.
Welke actie heb jij nu nodig?



POSITIEF
DENKEN



KNUFFEL
NODIG



ONTPRIKKELLEN



ADEMEN



PRATEN



MUZIEK

Rustig ademen helpt je weer nadenken.
Leg je handen op je buik en ademen diep
in en rustig weer uit.

Tip: Een plaatje of een idee kan snel ontstaan in je hersenen. Je lichaam heeft meer tijd nodig om te oefenen. Daar zijn andere verbindingen voor nodig. Elke keer dat jij oefent, kunnen je hersenen verder bouwen. 



Lekker leren met Oeps!



Leren gaat met Oepsen, gaat het mis? Check deze:

- ☒ ☐ Ik heb de uitleg niet helemaal gevolgd en mis een stap
- ☒ ☐ Ik weet niet waar de informatie bij hoort
- ☒ ☐ Ik kan mijn aandacht er niet bij houden

- ☒ ☐ Ik ben bang dat ik het fout ga doen, ik kan het niet
- ☒ ☐ Er zijn meer antwoorden mogelijk, welke moet ik kiezen?
- ☒ ☐ Ik heb mijn hulpbron vergeten te gebruiken

Het kan ook gebeuren dat er een oeps staat in de opgave, zet een ~ neer als je twijfelt.

Mijn helpende gedachte of happy place is:



.....
.....

Naam:

Twee leuke weetjes over mij:

1

.....
.....

2

Het kan zijn dat het even niet gaat.
Je voelt je onrustig, verdrietig,
bang of boos.
Welke actie heb jij nu nodig?



POSITIEF
DENKEN



KNUFFEL
NODIG



ONTPRIKKELEN



ADEMEN



PRATEN



MUZIEK

Rustig ademen helpt je weer nadenken.
Leg je handen op je buik en ademen diep
in en rustig weer uit.

Tip: Een plaatje of een idee kan snel ontstaan in je hersenen. Je lichaam heeft meer tijd nodig om te oefenen. Daar zijn andere verbindingen voor nodig. Elke keer dat jij oefent, kunnen je hersenen verder bouwen. 

Opspeur tips. Waar zit de 'fout'?



Interpretatie, hoe lees en denk jij? Hoe denkt de docent of de makers van de methode? Soms is het afstemmen, soms levelen. Dit is een handige vaardigheid. Als dit teveel wordt trek dan aan de bel!

Wees niet bang voor een 'rode streep'.
Want jij durft te oefenen met fouten
maken, en maakt van die streep een krul.

En als je omgeving je tegen zit?

**Think positive,
practice kindness.**

En dan krijg jij een fancyschmancy karakter.
Bam!

Jouw checklist

Weet ik wat de bedoeling is?

Top down of down top?

Op welke manier wordt de les aangeboden?
Heb jij helder waar het heen gaat en waarom?
En zie je de tussenstappen die je moet laten
zien? (En check ff of je de details goed leest)

Heb je hulpbronnen?

*Is het helder welke er zijn en welke je nu kunt
inzetten?*

Hulpbronnen zijn bijv.: lesboeken,
klasgenoten, docent, internet, bieb,
kladblaadje, spiekbrieftje...

Hoe is je aandacht?

Is er afleiding of concentratie?

Word je afgeleid door iets om je heen, kijk of
je daar (vriendelijk) iets aan kunt doen. Komt
het van binnenuit? Check dan je ademhaling,
en doe eventueel even een energizer. Denk
ook aan een kladbrieftje voor gedachten die je
dan even kunt parkeren. Of wat dacht je van
frisse lucht of wat eten? (Mobiel weg/uit)

Hoe zijn je gevoelens?

Ben je happy, verdrietig of gefrustreerd?

Bij gevoelens die in de weg gaan zitten is
rustig en diep ademen een must.
Daarnaast kan het helpen om bijv.: te praten
met iemand, van je af te schrijven of tekenen,
rondje te wandelen, een muziekje...

Is je visie helder?

Weet je waar je het voor doet?

Wat is jouw goal? Waar ga je voor? Heb je
voldoende inspiratie, betekenisgeving en
uitdaging zodat de saaie of vervelende
gedeelten tijdens je route uit te houden zijn?

Lukt het reflecteren?

*Kun je onderscheid maken tussen wie je bent en
wat je aan het leren bent?*

Snel denkende hersenen kunnen van de
gedachte: 'ik doe het fout' de stap maken 'ik
ben fout'. Dat is natuurlijk niet waar. Tackel
die. Want anders voel jij je bij feedback snel
persoonlijk aangevallen, Stap in de helikopter
en zorg dat je het totaal blijft overzien.

Opspeur tips. Waar zit de 'fout'?

Jouw checklist

Weet ik wat de bedoeling is?

Top down of down top?

Op welke manier wordt de les aangeboden?
Heb jij helder waar het heen gaat en waarom?
En zie je de tussenstappen die je moet laten zien? (En check ff of je de details goed leest)

Heb je hulpbronnen?

Is het helder welke er zijn en welke je nu kunt inzetten?

Hulpbronnen zijn bijv.: lesboeken, klasgenoten, docent, internet, bieb, kladblaadje, spiekbriefje...

Hoe is je aandacht?

Is er afleiding of concentratie?

Word je afgeleid door iets om je heen, kijk of je daar (vriendelijk) iets aan kunt doen. Komt het van binnenuit? Check dan je ademhaling, en doe eventueel even een energizer. Denk ook aan een kladbrieftje voor gedachten die je dan even kunt parkeren. Of wat dacht je van frisse lucht of wat eten? (Mobiel weg/uit)

Hoe zijn je gevoelens?

Ben je happy, verdrietig of gefrustreerd?

Bij gevoelens die in de weg gaan zitten is rustig en diep ademen een must. Daarnaast kan het helpen om bijv.: te praten met iemand, van je af te schrijven of tekenen, rondje te wandelen, een muziekje...

Is je visie helder?

Weet je waar je het voor doet?

Wat is jouw goal? Waar ga je voor? Heb je voldoende inspiratie, betekenisgeving en uitdaging zodat de saaie of vervelende gedeelten tijdens je route uit te houden zijn?

Lukt het reflecteren?

Kun je onderscheid maken tussen wie je bent en wat je aan het leren bent?

Snel denkende hersenen kunnen van de gedachte: 'ik doe het fout' de stap maken 'ik ben fout'. Dat is natuurlijk niet waar. Tackel die. Want anders voel jij je bij feedback snel persoonlijk aangevallen, Stap in de helikopter en zorg dat je het totaal blijft overzien.



Interpretatie, hoe lees en denk jij? Hoe denkt de docent of de makers van de methode? Soms is het afstemmen, soms levelen. Dit is een handige vaardigheid. Als dit teveel wordt trek dan aan de bel!

Wees niet bang voor een 'rode streep'.
Want jij durft te oefenen met fouten maken, en maakt van die streep een krul.

En als je omgeving je tegen zit?

**Think positive,
practice kindness.**

En dan krijg jij een fancyschmancy karakter.
Bam!