

DE GENIALITEIT VAN ONVERANTWOORD GEDRAG

Een kijkje onder de zinderende hersenenpan van adolescenten

Hand-out bij de workshop *Het puberende brein*

*Hermann Wesselink College, Amstelveen
18 maart 2009*

«**H**ET THEMA VAN DIT SCHOOLJAAR IS AANDACHT.

In onze professie is het een van de belangrijkste attitudes om aandacht te besteden aan de leerlingen die we opleiden en laten opgroeien. Dat doen we enerzijds als didacticus en anderzijds als pedagoog.

De studiedag van 18 maart draagt het motto 'Leren en laten leren' en willen we gebruiken voor het verkennen van allerlei mogelijkheden die we kunnen benutten om onze lerende en opvoedende taken zo goed mogelijk te doen.»

OVER DE ONTWIKKELING VAN DE HERSENEN IN DE UNIEKE PERIODE VAN DE ADOLESCENTIE

Waarom verslapen pubers zich zo vaak? Waarom zijn zij het ene moment zo volwassen en het volgende moment zo onmogelijk? Waar komt die tegenstrijdigheid vandaan tussen verantwoordelijk gedrag en ondoordachte en risicovolle keuzes? Kunnen zij eigenlijk wel zelfstandig plannen?

De adolescentie is een unieke periode waarin de hersenen zich nog volop ontwikkelen.

Eveline Crone legt op basis van recente neuropsychologische inzichten uit waar de emotionele stormen vandaan komen, waarom de mening van vrienden opeens veel belangrijker wordt dan die van ouders, en wat we van adolescenten kunnen verwachten op school. De adolescentie is niet alleen een tijd van risico's en grenzen, maar ook van unieke mogelijkheden.

Hersenen zijn pas volgroeid rond het 24^e levensjaar.

Eveline Crone, oprichter van het *Brain and Development Lab*:

'Uit hersenscans kunnen we afleiden hoe bepaalde functies in de hersenen zich ontwikkelen. Veranderingen zijn nog zichtbaar tot in de adolescentie.'

Deze brochure is samengesteld door:

Pascale Dugornay en Daniël Mok

T.b.v. workshop *Het puberende brein*

Amstelveen, 18 maart 2009

(Tweede, herziene oplage)

“NIET DE HORMONEN MAAR DE HERSENEN ‘BEPALEN’ HET GEDRAG”

Hoogleraar kindergeneeskunde, Henriette Delemarre

‘Hormonen spelen een minder grote rol bij het gedrag van pubers dan we vaak denken. Bijvoorbeeld: Als bij meisjes door de hormoonwerking de vrouwelijke lichamelijke kenmerken zich gaan ontwikkelen vertonen zij geen puberteitsgedrag. Vrouwelijke hormonen hebben geen effect op het gedrag. Mannelijke hormonen kunnen daarentegen wel leiden tot wat meer agressie en driften, maar verklaren niet het puberteitsproces.

De veranderingen in de hersenen worden wel aangestuurd door de hormonen, maar hoe dat precies werkt weten we niet precies. Vele factoren spelen een rol bij het ontwikkelingsproces zoals omgeving, hersenontwikkeling en hormonen.

De puberteitsontwikkeling is sterk gekoppeld aan de omgevingsfactoren. Pubers zijn heel gevoelig voor hun omgeving en moeilijke gezinssituaties, soms gekoppeld aan pesten, leiden ertoe dat kinderen vele kanten kunnen opgaan in hun reactie.

Zorg dat je *on speaking terms* blijft, houd contact met het kind. Maak niet teveel ruzie en probeer het kind te begrijpen. Help je kind te begrijpen waarom jij je zorgen maakt over hem of haar en geef de hormonen niet de schuld.’

Bron: Noorderlicht radio 4 april 2006

‘Het is dan wel zo dat puberhersens nog niet zo efficiënt zijn als die van volwassenen, maar daar zit ook een positieve kant aan: pubers hebben veel lef en kunnen met zeer verrassende ideeën komen. Het zou goed zijn als volwassenen dat wat meer zouden waarderen.’

‘Houd in de gaten waar je kinderen zijn en wat hen interesseert (laat ze vertellen en luister vooral). Die bemoeienis werkt beschermend, zo blijkt uit onderzoek.’

‘Maak je liefde onvoorwaardelijk. Maak duidelijk dat jij er altijd zult zijn om je kind te helpen, ook al heeft je kind iets heel erg stoms gedaan. Thuis hoort de wereld voor een puber veilig te zijn, want buiten de deur is het al moeilijk genoeg.’

(Dr. Eveline Crone)

WAT WETEN WE – WETENSCHAPPELIJK GEZIEN – VAN PUBERS?

Psychologe dr. Eveline Crone

‘We weten dat pubers naarmate ze ouder worden steeds beter kunnen plannen en informatie beter kunnen integreren. Als je jong bent kijk je naar de beloning: welk voordeel levert een bepaalde keuze op?

Als je ouder wordt zie je beter in dat je meer op de lange termijn moet focussen. Je kijkt minder naar het voordeel op de korte termijn. We wisten dat al, maar nu weten we ook dat dit te maken heeft met de rijping van bepaalde hersengebieden. We weten nu welke hersengebieden (prefrontale cortex) belangrijk zijn voor het plannen op de langere termijn. Ook uit de evolutie weten we dat het een gebied is dat pas vrij laat is gerijpt, bij mensen meer dan bij dieren. Dit proces gaat door bij het ouder worden.

Er is in de adolescentie een onevenwichtigheid tussen het cognitieve hersengebied (het leren) en het sociaal-emotionele gebied. Deze twee hersengebieden rijpen met ongelijke snelheid. Als je zo’n 12, 13 jaar oud bent kun je best wel goed redeneren, dingen vasthouden in je ‘werkgeheugen’ en wisselen tussen de verschillende regels. Maar afwegingen maken op sociaal-emotioneel gebied en daarin beslissingen nemen is nog heel moeilijk. Het is dus zinloos om tegen het kind te zeggen dat ze het wel snappen maar zich er niet naar gedragen. Dat is oneerlijk want het is ook best wel een kwetsbare periode zo tussen 10 en 18 jaar. Ze moeten nog veel leren en natuurlijk moet je ze als ouder of docent wel terechtwijzen. *Maar om het zo te zeggen:*

Ouders en docenten functioneren als de prefrontale cortex voor de kinderen. Je moet je realiseren dat ze er gewoonweg niets aan kunnen doen.’

TERZIJDE:

Jan Ligthart (†1916):

- Pedagogie vraagt van de opvoeder dat deze zichzelf opvoedt. De opvoeding van kinderen begint bij volwassenen die van hun fouten moeten leren.
- Laat het kind vrij. Niet: laat het alles doen wat het wil, maar geef het kind binnen de gestelde grenzen gelegenheid tot het ondervinden of het iets kan.
- Ieder kind, iedere leerling is een individu met eigen geaardheid en behoeften. Binnen de ruimte van algemene regels moet iedereen zichzelf kunnen zijn.
- Aan de opvoeder gericht: Heb lief en geef u!

HOE KUNNEN WE DAAR REKENING MEE HOUDEN BIJ DE OPVOEDING?

Crone: 'Doordat we nu meer oorzaken kennen van pubergedrag kunnen we beter begrip opbrengen voor hun wisselende gedrag. Daardoor kunnen we er beter op inspelen. Adolescenten zijn op het ene moment heel volwassen en opeens liggen ze op bed te huilen met hun knuffel omklemd. Dit wisselende gedrag hoort nu eenmaal bij de ontwikkelingsfase. In het onderwijs moeten de kinderen zoveel plannen; keuzes die ze moeten maken op 14, 15-jarige leeftijd zijn vaak beslissend voor hun verdere schoolcarrière en dat kán helemaal niet. De eigen verantwoordelijkheid die gevraagd wordt in het 'studiehuis', daar zijn ze nog helemaal niet klaar voor! Ze zijn nog gevoelig voor de beloning op de langere termijn. Sturing door ouders en docenten is noodzakelijk. Ook uit de ervaring van leerkrachten blijkt dat kinderen het moeilijk vinden om te plannen. Hopelijk worden onze bevindingen gebruikt om tot een beter systeem te komen.'

Bron: Noorderlicht radio 12 juni 2007

ROND HET 24^E JAAR ZIJN DE HERSENEN VOLGROEID EN IS DE GROOTSTE RISICOVOLLE PERIODE VOORBIJ.

Van de verkeersslachtoffers die spoedeisend worden behandeld is een kwart tussen de 15 en 24 jaar en bestaat voor tweederde uit jongens die in de smaak willen vallen bij leeftijdsgenoten. Hierdoor rijden ze vaak (te) hard en roekeloos. Ze kunnen risico's nog niet inschatten en worden vooral impulsief gestuurd. Bij bromfietsslachtoffers is het aandeel van jongeren van 16 en 17 jaar meer dan 30%.

De combinatie van jongeren en alcohol is ook een risicofactor. Jonge mannen tussen 18 en 24 jaar vormen 4% van de bevolking. Zij maken 23% uit van de ernstig gewonden en doden bij alcoholongevallen. In 2007 werden 240 (en dit is een snel stijgend aantal) jongeren tussen de 12 en 17 jaar met een alcoholvergiftiging binnengebracht op de eerste hulp.

Uit onderzoek van het Trimbos-instituut blijkt dat jongeren het spreken met hun ouders over alcohol als de meest wenselijke maatregel zien. De meesten vinden het (heel) goed als een leeftijdsgrens van 16 jaar wordt gehanteerd. Eenderde van de scholieren vindt dat ouders geen goed voorbeeld

zijn als ze in het bijzijn van hun kinderen drinken. Het is dus de moeite waard dat ouders (ook voor hunzelf) regels over alcoholgebruik opstellen. Puberhersenen zijn nog in ontwikkeling en alcohol heeft een remmende werking op deze ontwikkeling. Vooral de prefrontale cortex (cognitieve functies als leren en plannen) ontwikkelt in de puberteit. Door alcohol kan blijvende hersenschade optreden.

Op www.uwkindenalcohol.nl worden verschillende situaties met kinderen en alcohol besproken. Hier kunt u ook moeilijke gesprekken met pubers over alcohol oefenen.

Bron: *Hersenstichting Nederland*, 2008

SAMENWERKING TUSSEN OUDERS EN SCHOOL

Eva Kessler en Daniël Mok

Wanneer er tussen ouders en docenten een wezenlijk verschil van opvatting is heeft het kind een ernstig probleem. Meerduidigheid, waarbij kinderen tegenstrijdige signalen krijgen zoals het geval kan zijn bij cultuurverschillen tussen familie en school/maatschappij, biedt kinderen niet de duidelijkheid die ze zo hard nodig hebben in een levensfase waarin ze nog niet alle consequenties van hun handelen kunnen overzien.

Kinderen gedragen zich buiten de deur vaak anders dan thuis. Opvoeders en leraren kijken afstandelijker tegen het kind aan dan ouders. Zij merken ontwikkelingen op die de ouders ontgaan omdat ze het kind te na staan. Opvoeders van buitenaf kunnen waardevolle aanwijzingen aan de ouders geven en de ouderlijke taken ontlasten.

Ouders hoeven geen verlengstuk van school te zijn. Ieder heeft zo zijn eigen verantwoordelijkheid. Wanneer een leraar een maatregel heeft getroffen nadat een kind een grens overschreden heeft, dan nemen de ouders dat voor kennisgeving aan. Het is niet hun taak er nog een schepje bovenop te gooien. Als je daar geen rekening mee houdt dan voelen kinderen zich dikwijls dubbel gestraft: het kind ervaart de ouders dan als onrechtvaardig. Bij structurele problemen op school is er afstemming nodig tussen ouders en docenten om zo de eenduidigheid naar het kind toe te versterken.

Het huiswerk is in principe een zaak tussen onderwijzer en leerling. Het is de taak van de leraar om dat te controleren, niet die van de ouders. De huiswerktaken helpen de leraar om te beoordelen of de scholier het geleer-

de ook zelfstandig kan toepassen. Als de ouders zich daarin mengen kan de leraar er geen conclusies meer uit trekken. De ouders kunnen aan het huiswerk herinneren, of er een vast tijdsbestek voor reserveren. Ook kunnen de ouders helpen om vragen te beantwoorden die tijdens het huiswerk opkomen en behulpzaam zijn bij het leren door te overhoren. Mavo- en havo-leerlingen hebben vaak hulp nodig bij het organiseren van hun huiswerk en bij het plannen.* Door samen een 'to do-lijstje' te maken wordt het meteen een stuk overzichtelijker. Ouders hoeven geen vervangende leraar te worden want ze hebben een andere taak, en die komt niet altijd overeen met het standpunt van de leraar. Thuis moet een toevluchtsoord blijven waar het kind altijd bescherming en geborgenheid vindt. Soms kunnen er zich uitzonderlijke situaties voordoen die buiten het gezichtsveld van de school liggen. Ouders kunnen er achter komen waarom een kind op een gegeven moment op school niet goed presteert. Daaruit kunnen zij hun persoonlijke conclusies trekken en beslissingen nemen die een mentor niet kan nemen. Het is niet de bedoeling dat de schoolprestaties het hele leven van het kind beheersen. Kinderen hebben ten diepste een vertrouwensrelatie met hun ouders nodig die blijft bestaan, ook als het kind op school ernstig in gebreke blijft of zelfs mislukt. Daarom kunnen ouders zich beter niet te sterk met het standpunt van de school identificeren.

* Met MAVO wordt hier VMBO-T (theoretische leerweg) bedoeld. Voor de kaderberoepsgerichte leerweg (VMBO-KB) geldt dit ook. In de basisberoepsgerichte leerweg (VMBO-BB) wordt het huiswerk, zoals het stageverslag, vaak op school gemaakt.

Dit zal ook wel gelden voor het praktijkonderwijs Vakcollege. Met deze nieuwe opleiding is de oude ambachtsschool weer terug. Volgens onderwijshistoricus dr. Nan Dodde zijn politici naïef geweest: 'Men dacht dat algemeen vormend, meer theoretisch onderwijs voor iedereen het beste was. Lange tijd werd ontkend dat er leerlingen zijn die liever met hun handen werken.'

vwo-leerlingen helpen elkaar vaak onderling (vandaar dat ze zoveel bellen en msn-en, natuurlijk!). Maar ook hier kan het nodig zijn dat ouders en docenten helpen met structuur aanbrengen en plannings omdat de meest complexe hersenfuncties pas in de leeftijd van ongeveer zestien jaar tot ruim na het twintigste levensjaar volgroeid zijn: structuren die te maken hebben met planning en organisatie, met prioriteiten stellen, met kiezen, met de weging van sociale en emotionele factoren en van individuele doelen. Bedenk eens wat dat betekent voor zestien- en zeventienjarigen. Met veel misbaar vertellen ze dat ze prima in staat zijn zelf te beslissen. Ze hebben niemand meer nodig, denken ze. De realiteit is anders.

De hersengebieden die cruciaal zijn voor het maken van weloverwogen keuzes zijn bij hen nog niet uitgerijpt. Zelfs na het twintigste levensjaar groeien ze nog door. Ze worden nog steeds door impulsen en korte termijn-denken geleid.

Wellicht dat het Nederlandse systeem voor het voortgezet onderwijs, en met name de Tweede Fase, niet optimaal loopt omdat de hersenen op deze leeftijd nog niet voldoende zijn ontwikkeld om op zelfstandige en verantwoorde wijze te plannen en sturing te geven aan de eigen ontwikkeling.

(Bron: dr. Jelle Jolles, *Centrum Brein & Leren*, Universiteit Maastricht)

ONDERZOEK NAAR SOCIALE BESLISSINGEN

‘Kinderen van zo’n jaar of 10 zijn sterk gericht op competitie. Als er bijvoorbeeld geld moet worden verdeeld willen ze zoveel mogelijk voor zichzelf overhouden. Het kan ze niet zoveel schelen dat de ander dan minder krijgt. In de puberteit komt er meer vertrouwen naar de ander toe. Dat heeft ook te maken met de behoefte om aardig gevonden te worden. Geld kan dan zo worden verdeeld dat het financieel minder gunstig is voor de puber in kwestie.

In de volwassenheid is er meer evenwicht tussen deze twee ‘systemen’ en wordt er gestreefd naar een *win-winsituatie*. Dat heeft te maken met de verschillende tempo’s waarin de hersengebieden rijpen en die pas goed geïntegreerd zijn in de volwassenheid. Dan kun je de afweging maken om er zelf genoeg aan over te houden en toch sociaal te blijven naar de ander toe.’

HET POLDERMODEL BIJ DE OPVOEDING IS PRIMA, MAAR ER IS GEEN GELIJKHEID TUSSEN KIND EN VOLWASSENE.

‘Het overlegmodel is goed, want dan kun je uitleggen wat je beweegredenen zijn, maar gelijkheid is er natuurlijk niet. Het volwassen brein kan veel meer aan dan het kinderbrein. Als dat bij de ‘onderhandelingen’ in je achterhoofd houdt is er niks mis mee om zo af en toe te onderhandelen, want het kind moet ook leren. Daarmee kun je nu eenmaal niet wachten tot het kind volwassen is geworden.’

Bron: *Noorderlicht radio* 12 juni 2007; *Ger Jochems in gesprek met Eveline Crone*

CONCLUSIES

Veel kinderen hebben hulp nodig bij het leren zelfstandig te werken en bij het plannen. Ook ouders hebben hierin een verantwoordelijkheid. Deze verantwoordelijkheid mag niet louter directief zijn maar vooral begeleidend en stimulerend. Denk hierbij aan: huiswerk, de juiste spullen mee, op tijd op school zijn.

Huiswerk

Het is niet de bedoeling dat ouders al te veel helpen met huiswerk. Dan krijgt de docent geen goed inzicht in de capaciteiten en kennis van het kind. Overhoren, het beantwoorden van vragen en het helpen bij de planning van huiswerk zijn facetten waarbij ouders hun kind behulpzaam kunnen zijn.

De taak van de mentor

Het is aan de mentor om in voorkomende gevallen de benodigde begeleiding van ouders te stimuleren. Er is veel pedagogische kennis en ervaring bij leraren. Ouders kunnen daar hun voordeel mee doen.

PUBERHERSENEEN IN ONTWIKKELING

Pubers, jongeren tussen grofweg 10 en 17 jaar schakelen razendsnel tussen hun gevoelsmatige en redelijke manier van doen en laten, en kunnen dus het ene moment erg emotioneel reageren en daarna weer gewoon rationeel nadenken. Het lijkt er soms op, dat de puber verdwaald is in zijn emoties en 'strijdt' met verschillende, gemengde en tegenstrijdige gevoelens. Een reden hiervoor kan zijn dat rond 16 à 17 jaar de verbindingen in de hersenen tussen emotie en ratio nog niet voltooid zijn. De jongeren leren in deze fase de gevolgen van hun handelingen te overzien, ook op de lange termijn.

(www.hersenchichting.nl)

De brochure *Puberhersen in ontwikkeling* van de *Hersenchichting* kan hulp bieden bij het begrijpen van de mogelijke oorzaken van dit 'emotionele doolhof'. Door dit begrip is het makkelijker om op ontspannen en humorvolle wijze met kinderen om te gaan en ze behulpzaam te zijn in deze turbulente levensfase.

(D.M.)

BELONEN VERSUS WAARDEREN

Zoals dr. Crone uitlegt, zijn pubers nog heel gevoelig voor beloning. Onder beloning wordt verstaan de kick, de aandacht, waardering. Dus niet het 'voor wat hoort wat'-principe. Belonen doe je door je waardering uit te spreken en respect te tonen.

Intrinsieke motivatie is gekoppeld aan het overzien van de langere termijn. Deze hersenfuncties zijn bij kinderen nog niet uitgerijpt.

Opvoeding met logische consequenties vervangt het oude strafsysteem. Waardering en respect komen in de plaats van prijzen en belonen. Omdat kinderen graag duidelijk de gevolgen van hun daden willen leren kennen ervaren kinderen na verloop van tijd alle soorten beloningen als dwang van buitenaf. Het is funest voor de intrinsieke motivatie, de wil van binnen-uit. Het maakt kinderen onzelfstandig, onvrij, omkoopbaar en leidt op den duur tot inflatie. Het verstoort een goede karaktervorming. Vanzelfsprekend verantwoordelijkheidsgevoel verdwijnt; veel te vroeg wordt economisch gewin de drijfveer en ze zijn amper meer in beweging te krijgen zonder tegenprestatie. Een calculerende burger in de dop!

Zo leidt een opvoeding die langere tijd met beloning en opgeschroefde verwachtingen gewerkt heeft in de puberteit vaak tot een lusteloze houding.

Wat leidt tot echte prestaties?

Het beginsel dat inspanning loont leer je in onze samenleving al snel, maar gewoonlijk heb je aan ambitie, resultaatgerichtheid en streven naar winst alleen niet genoeg. Dan blijf je aangewezen op externe prikkels en waardering van anderen. Handelingen die niet van binnen uit worden gemotiveerd leiden zelden tot overtuigende resultaten. Je geeft ze makkelijk op wanneer het resultaat op zich laat wachten.

Om tot echte prestaties te komen heb je behalve de zogenaamde naar buiten gerichte impulsen ook nog een innerlijke beweegreden nodig, de intrinsieke motivatie. Dit is vruchtbare grond wanneer die gevormd wordt door de mix van begaafdheid, belangstelling en nieuwsgierigheid. Wie vanuit een innerlijke betrokkenheid handelt ervaart dit handelen ook zonder goedkeuring van buiten als zinvol en kan geleidelijk ontdekken welke capaciteiten hij bezit. Dat leidt tot zelfrespect en bevordert een goed gevoel van eigenwaarde.

Van de beroemde psychiater H. C. Rümke zijn de mooie woorden: *Het zich zinvol ingeschakeld voelen in het geheel van het zijnde.*

Een voornemen dat uit jezelf komt is ook beter bestand tegen uitglijders, crises en mislukkingen en uiteindelijk zal je ook anderen ermee kunnen overtuigen. Sterke innerlijke motivatie leidt tot creatieve en oorspronkelijke resultaten waar je trots op kunt zijn. En als kind moet je dat ervaren hebben. Gun kinderen dus zoveel mogelijk de ervaring dat doelgericht handelen vanuit zichzelf bevrediging geeft en zelfs gelukkig kan maken. Dat kan niet van buitenaf door beloning worden gestuurd.

Door zelf een gemotiveerd voorbeeld te geven stimuleren we deze belangrijke ervaringen en vanaf het begin tonen we onze waardering als onze kinderen zelfstandig gemotiveerd zijn. We kunnen ook onze eigen betrokkenheid aanstekelijk op onze kinderen laten werken wanneer we ze aansporen ergens aan mee te doen: ‘Kom, laten we het samen doen!’ Ook taken die, het liefst vrijwillig, aan een kind zijn toegekend, zijn vaak geschikt voor dit soort ervaringen. Als onze kinderen vanuit zichzelf handelen, laten we hen dan niet ontmoedigen door kritische noten of door het eisen van perfectie. Wees blij met iedere zelfstandige bijdrage, want voor kinderen is dat de beste vorm van beloning.

Autoritaire opvoeding <i>Straf, lof, beloning</i>	Opvoeden tot zelfstandigheid <i>Logische gevolgen, waardering</i>
---	---

SAMENGEVAT:

Beloning of straf voor goed of verkeerd gedrag werkt niet meer. Van belang zijn vooral: met de jongere meedenken, verschillende opties doornemen, consequenties verduidelijken en bespreken wat de (logische) gevolgen van hun handelen – bijvoorbeeld in het verkeer, alcohol en drugsgebruik – kunnen zijn. Probeer de ontwikkeling van de puber te stimuleren door hem zelf keuzes te laten maken uit meerdere mogelijkheden. Zo leert de puber een rationele afweging te maken en zal de balans tussen ratio en emotie zich sneller in evenwicht brengen. Ze moeten vaak nog leren de *keten van oorzaak en gevolg* te doorzien. Een betrokken, niet betuttelende begeleiding van ouderen kan hen hierbij helpen. (E.K./D.M.)

DE SCHOOLAGENDA

Het is van groot belang dat alle lessen, k.w.T.- en tussenuren voor de hele week worden opgeschreven.

Hoe vaak staan er slechts de repetities en deadlines?

Mentor, vakdocent, kinderen en ouders hebben hier een gezamenlijke en repeterende verantwoordelijkheid.

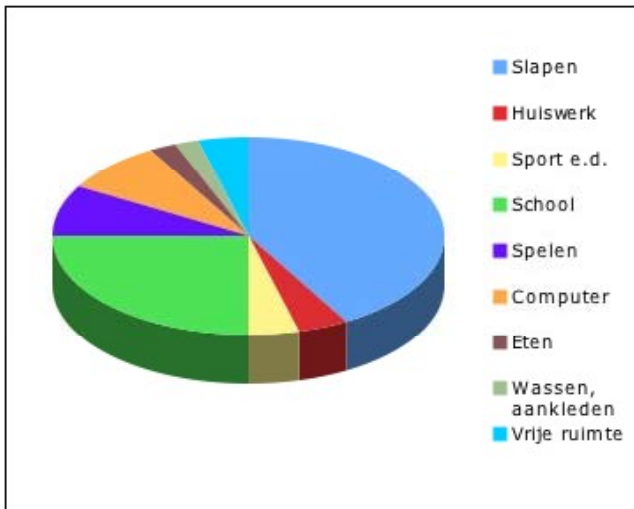
Aan de hand van een goed bijgehouden agenda kunnen ouders, docenten en huiswerkbegeleiders helpen bij het plannen. Prioriteiten stellen is lastig voor kinderen. Ze kunnen het wel, maar door de impulsgevoerdheid komt het er niet altijd van om het ook in de praktijk te brengen.

Tijd is er altijd voldoende, in tegenstelling tot zakgeld, maar dat laatste kun je met een handigheidje misschien nog wel aanvullen. Maar tijd is er altijd genoeg. Elke dag weer.

Tijdens de mentorles, bij informatie-, wiskunde of economie de 24 uur van een etmaal onderverdelen in een overzichtelijke grafiek.

Daarna kan een gezamenlijke klassengrafiek gemaakt worden (klasgemiddelde).

Mentor en ouders en kind krijgen een goed beeld van de tijdbesteding. Het wordt gemakkelijker om nieuwe prioriteiten te leggen indien dat gewenst is.



EEN KIJKJE ONDER DE HERSENPAN VAN PUBERS

Simone Barneveld

Achtjarigen reageren beter op positieve feedback, twaalfjarigen en volwassenen beter op negatieve, zo blijkt uit hersenonderzoek. De leerstrategie van kinderen verandert radicaal rond het twaalfde jaar. Maar om direct de lespraktijk aan te pakken op grond van deze uitzonderlijke bevinding, daarvoor vindt ontwikkelingspsycholoog Eveline Crone het nog te vroeg.

Geef jonge kinderen een compliment en ze leren beter. Achtjarigen reageren namelijk goed op positieve feedback, zo blijkt uit onderzoek van de Universiteit Leiden. Twaalfjarigen en volwassenen daarentegen kunnen beter uit de voeten met negatieve feedback. Toonde gedragsonderzoek al aan dat jonge kinderen anders leren, hersenonderzoek van het Leidse *Brain and Development Lab* bevestigt dit. De leerstrategie van kinderen verandert radicaal rond het twaalfde jaar. ‘De switch zit tussen de acht en twaalf jaar’, vertelt onderzoeker en ontwikkelingspsycholoog Eveline Crone. ‘In die periode treedt er een grote verandering op in de organisatie van het brein. Voorheen dachten wetenschappers dat bepaalde hersenen voor jonge kinderen nog niet toegankelijk waren. Dat klopt niet helemaal. Achtjarigen gebruiken dezelfde hersengebieden – de frontale cortex – als volwassenen bij cognitieve taken maar in een andere context, bijvoorbeeld na een compliment over de taak die ze uitvoeren. ‘Een negatieve reactie is ingewikkelde informatie. Bij positieve feedback kun je denken: ik ga op dezelfde manier door. *Maar als je iets niet goed doet, moet je nadenken over wat je hebt gedaan, wat er verkeerd aan was en het vervolgens aanpassen. Leren van je fouten is complexer dan doorgaan op dezelfde weg.* Je maakt meer stappen en de hersenen van achtjarigen zijn nog niet voldoende toegerust om die tussenstappen te maken. Twaalfjarigen kunnen, weliswaar nog niet zo goed als volwassenen, dat al wel’.

Leuke vondst

Het onderzoek van Crone *cum suis* werd gepubliceerd in *The Journal of Neuroscience*. Het is vrij uniek, want voor het eerst werden er drie leeftijdsgroepen met elkaar vergeleken: kinderen van 8-9 jaar, kinderen van 11-13 jaar en volwassenen van 18-25. Gewoonlijk worden kinderen alleen met volwassenen vergeleken. De drie groepen kregen een computeropdracht, terwijl ze in de fMRI-scanner lagen (MRI is een hersenscantechniek, de f staat voor functioneel en toont precies de lokatie van hersenactiviteiten aan). Ze moesten wetmatigheden in kleur of vorm ontdekken in een reeks plaatjes. Als ze het goed deden verscheen er een plusje op het scherm, als ze het fout deden een kruisje. De fMRI-scan toonde de activiteit in de hersenen. Je ziet dat de hersenen van achtjarigen actiever zijn bij positieve feedback, zegt Crone. 'Bij twaalfjarigen zijn de hersenen iets actiever en bij volwassenen het actiefst bij negatieve feedback.'* De resultaten van dit onderzoek lijken mooi te gebruiken in de lespraktijk: voed basisschoolleerlingen met complimenten en hun leerresultaten gaan met sprongen vooruit. En jonge tieners corrigeer je. Maar Eveline Crone maakt een voorbehoud. 'Het is een belangrijke vondst', vindt ze. 'En in het onderwijs is er veel vraag naar dit soort informatie. Maar ik ben er huiverig voor om de resultaten van het onderzoek direct te vertalen naar de praktijk. Het onderzoek is uitgevoerd in een experimentele setting, in kleine groepjes. Dat is mijn dilemma als wetenschapper: ik vind dat je gegevens naar buiten moet brengen, dat je niet in je ivoren toren moet blijven zitten. Maar het is wel een spagaat, want aan de andere kant komt kennis hierover maar in hele kleine stukjes naar boven en is het nog te vroeg om er iets toepasbaars voor in de praktijk over te zeggen. We vonden echter zulke consistente verschillen, dat er echt iets aan de hand moet zijn.'

Puberbrein

Het leren begint op de basisschool, dan gaat het werkgeheugen een grotere rol te spelen, vertelt Crone. 'Het werkgeheugen zorgt ervoor dat je dingen *on line* kunt houden en kunt werken met je geheugen.' Zoals bij de zogeheten AZKB-test: 'Als ik je vraag om dit rijtje letters te onthouden, is dat vrij makkelijk. Maar als ik je vraag deze letters in alfabetische volgorde te zetten, moet je nadenken. Je geheugen moet dan werken.' De grootste veranderingen in het werkgeheugen vinden plaats in de jonge kindertijd, maar het is nog niet uitontwikkeld rond het tiende levensjaar, zoals eerder werd

verondersteld. De vaardigheid om te werken met informatie in de hersenen, ontwikkelt zich nog tot ver in de adolescentie, zo is te lezen in Crone's boek *Het puberende brein*. En ook andere hersenfuncties, zoals planning en flexibiliteit, rijpen nog lang door. Diverse hersengebieden ontwikkelen zich op diverse manieren en tijdstippen. De hersenen zijn op een zeker moment het beste toegerust om een bepaalde vaardigheid te leren. De gevoelige periode wordt dat genoemd. Een bekend voorbeeld is het leren van taal. De gevoelige periode ligt voor het zevende jaar, dan leert het kind nog accentloos spreken. En grammatica moet jong zijn aangeleerd, wil je het goed kunnen toepassen. Dit zou pleiten voor het voorstel van de Onderwijsraad om al in de eerste jaren van de basisschool te beginnen met het leren van Engels. Voor andere vaardigheden zijn andere gevoelige periodes, zoals voor het plannen van activiteiten. Het heeft niet zoveel zin om vaardigheden aan te leren als de hersenen daar nog niet klaar voor zijn. 'Als hersengebieden die belangrijk zijn voor het plannen nog niet gerijpt zijn op je veertiende, heeft het geen zin om van een veertienjarige te vragen uit te komen met zijn zakgeld, ook al kan hij wel goed rekenen', meent Crone.

Troostrijk

In de adolescentie, de leeftijdsperiode tussen 10 en 22 jaar, maken de hersenen een belangrijke groeispurt door en verandert met name de organisatie van de hersenen. 'Communicatie tussen hersengebieden verandert van divers naar efficiënt; hersenbanen die eerst kronkelpaadjes waren, worden snelle vierbaanswegen', zo verwoordt Crone het beeldend. Niet alle hersengebieden ontwikkelen zich met dezelfde snelheid en de balans tussen de werking van het ene en het andere hersengebied kan snel omslaan. Dat verklaart voor een deel het onvoorspelbare gedrag van pubers. 'Tijdens lezingen die ik geef, blijken veel vragen te leven bij ouders en leerkrachten over de ontwikkeling van kinderen, vooral tijdens de puberteit', vertelt Crone. Dat was een van de redenen om een boek te schrijven over het puberbrein. Ik probeer begrip te kweken voor de puber. Voor pubers zelf is het ook heel vervelend. Ik weet nog van mezelf toen ik zo oud was: wat een toestand, die leeftijdsfase.'

Begrip kweken is haar gelukt, het is een troostrijk boek geworden. Crone beschrijft zeer helder hoe de hersenen werken, hoe deze zich ontwikkelen en welke consequenties dat heeft voor het leren en het gedrag. Ze lardeert dat met aansprekende voorbeelden. Zo is er Suzanne, die moeite heeft met

plannen omdat er te veel andere dingen zijn die haar aandacht opeisen: bellen met vriendinnen, MSN-en, winkelen en sporten. Leren voor een proefwerk natuurkunde moet dan even tussendoor, en dat ze haar opdracht voor Engels ook af had moeten maken, was ze vergeten. School verwacht van haar dat ze zelfstandig haar werk kan plannen, maar haar hersenen werken nog niet mee...

Plannen is een ingewikkelde bezigheid, schrijft Crone. *Je moet in staat zijn 'prioriteiten tegen elkaar af te wegen en afleidingen te weerstaan, zodat je langetermijndoelen kunt bereiken.* Hier is dan ook een groot aantal hersengebieden voor nodig.' Al die gebieden zijn nog volop in ontwikkeling in de adolescentie. 'Er is dus een limiet aan hoeveel zelfstandigheid je van het adolescentenbrein kunt verwachten.'

Ook voor *multitasking*, waarin pubers zo in zouden uitblinken – al muziek luisterend huiswerk maken, met de televisie op de achtergrond aan – zijn de hersenen niet klaar. Adolescenten zijn nog helemaal niet in staat om verschillende taken tegelijk uit te voeren, omdat zij nog niet in staat zijn irrelevantie informatie te onderdrukken, ze hebben meer last van zogenoemde interferentie. Een leerling kan zich in een drukke klas bijvoorbeeld moeilijk concentreren op zijn sommen, omdat hij wordt afgeleid door het geklets van zijn buurvrouw.

Jetlag

Er is nog een belangrijke verandering die optreedt in de puberteit (10-14 jaar, onderdeel van adolescentie) en die consequenties heeft voor het leren. Kinderen hebben moeite om 's morgens uit bed te komen. Dat heeft niets met luiheid te maken. Het lichaam geeft in de puberteit op een steeds later tijdstip het slaaphormoon *melatonine* af. Pubers zullen daarom 's avonds steeds later in slaap vallen. Maar hun lichaam heeft, door de vele veranderingen, juist meer slaap nodig. De puber komt zo in een lastig parket, schrijft Crone. 'In bed staart hij misschien tot twaalf uur naar het plafond en 's ochtends kan hij heel moeilijk wakker worden. Eigenlijk verkeert de puber in een continue jetlag.' Neuropsycholoog Jelle Jolles zei al eerder dat de hersens van pubers 's morgens vroeg nog in de nachtstand staan (*Didaktief*, december 2006).

Dit heeft grote gevolgen voor school. Slaaptekort is niet bevorderlijk voor het onthouden van nieuwe informatie of creativiteit. In de Verenigde Staten is daarom geëxperimenteerd met latere aanvangstijden en volgens

Crone wijzen eerste onderzoeksresultaten op hogere cijfers en minder gedragsproblemen. Nederlandse scholen zijn nog niet op dit idee gekomen. Het advies van Crone aan ouders is dan ook om hun pubers flink te laten uitslapen in het weekend.

Eveline Crone: *Het puberende brein*. Uitgeverij Bert Bakker, ISBN 9789035132696.

Anna C. K. van Duijvenvoorde, Kiki Zanolie, Serge A. R. B. Rombouts,

Maartje E. J. Raijmakers, en Eveline A. Crone: *Evaluating the Negative or Valuing the Positive? Neural Mechanisms Supporting Feedback-Based Learning across Development*.

The Journal of Neuroscience, 17 september 2008.

www.brainanddevelopmentlab.nl

Jongeren tussen 8 en 25 jaar die mee willen doen aan hersenonderzoek kunnen zich opgeven via www.hersenen-in-actie.nl.

Bron: *Didaktief* nr. 9, november 2008

* *Positieve feedback* kent de volgende elementen: Een compliment, en een waarom. *Negatieve feedback* ziet er als volgt uit: Aandacht vragen – zeggen wat er niet goed is – uitleg waarom – zeggen hoe het wel moet – uitleg waarom.

OP HUISBEZOEK

De overheid moet huisbezoeken van docenten in het basis- en voortgezet onderwijs stimuleren, vinden deskundigen. Een prima middel om problemen bij kinderen op te sporen. Maar niet elke school ziet het vanwege de hoge werkdruk zitten. Veel scholen zweren bij structurele huisbezoeken: zo krijgen docenten inzicht in het even van de leerlingen. Bovendien merken veel leerkrachten dat ouders thuis makkelijker praten dan op school. ‘Met bezoekjes verklein je de afstand tussen school en ouders. Niet dat je dan direct alle problemen signaleert, maar je legt contact en een gespreksbasis. De belangstelling is het belangrijkste. Ik merk dat de meeste leraren dat goed kunnen en het leuk vinden’, zegt Jo Hermanns, hoogleraar opvoedkunde aan de Universiteit van Amsterdam en lector *hulpverlening in een gedwongen kader* aan de Hogeschool Utrecht. De hoogleraar vindt dat huisbezoeken standaard zouden moeten zijn. ‘De regering heeft als doel problemen te signaleren. Daarom zou ze op de voordelen van huisbezoeken moeten wijzen. Ook in lerarenopleidingen zou plaats moeten zijn voor gespreksvaardigheden.’

Bron: *Nederlands Dagblad*

CONTACT ALS WAPEN TEGEN SCHOOLUITVAL

Susan Eggels

Jaarlijks verlaten meer dan 58 duizend leerlingen in het middelbaar onderwijs de schoolbanken zonder diploma. Het ministerie wil dat aantal in 2012 met 40 procent terugdringen. Docenten kunnen daaraan een bijdrage leveren zonder dat dit extra inspanning kost. Hoe succesvol contact vroegtijdige uitval kan voorkomen.

Veel docenten voelen zich politieagent. Een vak, zeggen ze terecht, waarvoor ze niet zijn opgeleid. Inderdaad spelen ze een cruciale rol in het signaleren van verzuim en in het voorkomen dat verzuim uitval wordt. Gappende lege stoelen, afglijdende cijfers, ontwijkend gedrag, de opmerkelijke docent ziet het vaak van mijlenver aankomen. Als parttime agent proberen ze verzuim te bestrijden met controles en straffen. Of door te wijzen op leer- of kwalificatieplichten, nieuwe procedures en regels. Docenten pogen spijbelaars door een gesprek ter verantwoording te roepen of de 'probleemgevallen' door te verwijzen naar het professionele hulpcircuit.

Uit onderzoek blijkt dat het resultaat van dergelijke maatregelen discutabel is en dat maakt het politiewerk uitermate frustrerend.

De inspanningen leiden vrijwel nooit tot hogere leernlust, een betere motivatie of het verminderen van structureel verzuim. Tijd voor een aanpak waarbij dit wél het geval is.

Niet gezien, niet gewaardeerd

Onderzoek wijst uit dat leerlingen die vaak spijbelen of verzuimen ergens mee rond lopen. Ze vinden geen aansluiting bij het vak, twijfelen aan hun schoolkeuze of zitten niet op de juiste plek. Ook gevoelens van onzekerheid, (faal)angst of stress voeden verzuimgedrag. Naast de leerlinggebonden oorzaken kunnen de ouders, de samenleving of de school zelf een rol spelen. Denk aan onmacht van ouders in de opvoeding, onzekere toekomstperspectieven op de arbeidsmarkt of een verstoorde relatie met een docent.

Een veelgehoorde reactie is deze: 'Als ik eerder geweten had waar mijn leerling mee zat, hadden we iets kunnen doen en samen een oplossing gezocht. Waarom is hij zelf niet gekomen? Waarom heeft hij of zij zijn mond niet opgedaan toen ik ernaar vroeg? Dan was het allemaal anders gelo-

pen!' En dat roept vragen op. Wat heeft de leerling ervan weerhouden zijn verhaal te doen? En heeft de leerling echt nooit geprobeerd het gesprek aan te gaan? Hoeveel interesse zou er zijn geweest voor diens verhaal en hoeveel ruimte om ongestraft fouten te maken?

Echt contact

Hoe vaardig zijn docenten eigenlijk in het maken van succesvol contact – 'contact waarbij er sprake is van een veilige, open en respectvolle uitwisseling, die een positieve impact heeft op jezelf en de ander' (Boves en Van Dijk, p. 28)? Feit is dat we als samenleving daarin heel weinig zijn getraind.

Contact maken gaat over uitwisselen en dus om wederzijdse erkenning van behoeftes of eventuele emoties. Daarnaast gaat goed contact over het op gang brengen van een positieve beweging bij de ander én bij jezelf. Als docenten of mentoren erin slagen succesvol contact tot stand te brengen in hun gesprekken over spijbelen en verzuim, groeit de kans op het terugdringen van uitval.

Veiligheid, openheid en respect: hoe 'doe' je dat?

Wat kun je als docent of mentor zelf doen om uitval te voorkomen? Vraag je eens af: hoe uitnodigend en veilig is het voor een structurele spijbelaar om bij jou zijn verhaal te doen? Welke sfeer zet jij neer tijdens zo'n gesprek? Hoe open en respectvol ben je echt? Voelen leerlingen zich écht gezien en gehoord? En hoe groot is de bereidheid om jouw vragen serieus te beantwoorden?

Iedereen, ook een leerling, voelt feilloos aan wanneer iemand hem voorhoudt serieus te nemen, maar de mening over hem allang gevormd is. Hij haakt af als er vooral tegen hem gepraat wordt in plaats van met hem. Voelt zich niet uitgenodigd in te gaan op gesloten vragen of heeft geen zin om uit te leggen waarom hij spijbelt of slechte cijfers haalt.

Focus in plaats daarvan het gesprek op positieve doelen. Niemand wil falen in het leven. Ook niet de leerling die voor je zit.

Waar droomt deze leerling van? Hoe zou het voor hem zijn het jaar met succes af te maken? Een leerling die de ruimte krijgt om zijn eigen doelen in te vullen verlaat een gesprek met meer motivatie en vertrouwen dan je met een sanctie of regel ooit kunt bereiken.

Die andere focus heeft een prettig bijeffect: je krijgt oog voor wat mooi en uniek is aan deze leerling. Realiseer je dat een negatieve vooronderstelling zoals bijvoorbeeld ‘er zit hier een ongedisciplineerde of ongeïnteresseerde spijbelaar tegenover me’, een negatieve wisselwerking op het gesprek en de relatie trekt. Kies daarom een positieve vooronderstelling: ‘het is mijn rol om deze leerling te helpen zijn doelen te verwezenlijken’ of ‘deze leerling is prima in staat zijn eigen keuzes te maken en verantwoordelijkheid te nemen’. Zo voorkom je dat je je leerling kwijt raakt in een gesprek. En bedenk dat je vertrouwen kunt ontvangen, door het te geven.

Doelen en verantwoordelijkheid

In verhouding tot diens leerlingen is de docent degene die de basis legt voor contact en uitwisseling. Door bewust een open grondhouding te kiezen en te werken aan een aantal vaardigheden, kun je meer effectieve gesprekken voeren dan als politieagent.

Zo'n gesprek kost bovendien bakken minder energie. En de afspraken die je maakt met een leerling die zich gehoord en gezien voelt én verantwoordelijkheid voor zijn eigen doelen krijgt, worden beter nageleefd. Zo snijdt het mes aan twee kanten en wordt contact succesvoller voor zowel docent als leerling. En juist in deze tijd van de toenemende werkdruk, waarin de tijd voor elkaar minimaal is en de nood om uitval te voorkomen hoog, is het belang van succesvol contact (=aandacht) groter dan ooit.

GESPREK?

Docent over verzuimende leerling: ‘Jacco presteert sinds een tijdje zwaar onder de maat. Uitleggen waarom hij opeens onvoldoendes scoort kan hij niet. Als ik een gesprek met hem aan ga komt er geen zinnig woord uit. Dat maakt me boos. En machteloos. En in plaats van zijn schouders er onder te zetten, blijft hij ook nog eens bij mijn lessen weg. Het lijkt wel of het hem helemaal niets interesseert.’

Leerling Jacco over gesprek met de docent: ‘Op school ben ik een nummer. Toen het niet lekker liep, werd ik meteen in een hokje geplaatst. Ik zou te lui zijn. Maar dat was helemaal niet zo. Ik zat niet lekker in mijn vel en me ergens op concentreren lukte gewoon niet. Mijn docent bleef maar

doorhameren op die onvoldoendes. Door zijn gepreek verging mij alle zin mijn verhaal te doen. Het enige waar ik echt behoefte aan had was een luisterend oor. Ik voelde me niet serieus genomen en ben uit frustratie steeds vaker gaan spijbelen. Met vrienden naar de coffeeshop, ‘ziek’ thuis mijn hart luchten op MSN.’
(Jacco, 17 jaar)

	IS NIET...	MAAR WEL: VOOR DE ANDER	EN OOK: VOOR JEZELF
<i>Respect</i>	Zeggen ‘ik heb respect voor je’, betuttelen, kleineren, tegenspreken, voor de ander invullen, weten wat goed is voor de ander.	‘Wat gij niet wilt dat u geschiedt, doet dat ook een ander niet’, grenzen stellen, de ander in zijn waarde laten.	Zelfrespect: aandacht hebben voor je eigen behoeftes en je grenzen bewaken.
<i>Openheid</i>	Zeggen: ‘ik ben open’ en niet luisteren; denken dat jij het weet en de ander alles moeten leren; boven de ander gaan staan.	Luisteren zonder oordeel, open vragen stellen, contact maken.	Je laten zien, kwetsbaar durven zijn, reflecteren op jezelf. Feedback durven ontvangen.
<i>Veiligheid</i>	Zeggen: ‘je kunt mij alles vertellen’, oordelen en beoordelen, behoeftes niet erkennen, beloftes maken die je niet nakomt.	Het gevoel dat je mag ontdekken, mag vragen, behoeftes mag uiten, kritisch mag zijn zonder sancties. Samen leren van elkaar.	Grenzen stellen en aangeven wanneer jij je niet veilig voelt. Naast de ander staan (in plaats van boven of onder).
<i>Zelfvertrouwen</i>	Zeggen: ‘ik ben geweldig’ en daar tegelijk aan twijfelen, altijd de beste, snelste of slimste willen zijn.	Verantwoordelijkheid durven delen, ruimte maken, grenzen aangeven. Weten: er zijn geen fouten, alleen feedback.	Jouw verantwoordelijkheid kennen en nemen, voor je eigen mening staan, durven experimenteren en leren, fouten durven maken.

Susan Eggels is als coach en trainer verbonden aan het *Centrum voor Co-actieve Communicatie*. Meer over non-verbaal en verbaal contact maken is te lezen in Tom Boves en Marijke van Dijk: *Contact maken*, Assen, 2008.

Het bovenstaande schema is afkomstig uit dit boek.

Zie ook: Conny ten Klooster (red.): *Over luisteren gesproken; gespreksvaardigheden in theorie en praktijk*, Assendelft 2005

‘HUMOR IS WAT EEN KIND BEGRIJPT’

Wendy van den Berg

AMSTELVEEN – Hermann Wesselink College-docent Daniël Mok heeft voor de Nederlandse markt een bewerking gemaakt van het oorspronkelijk door de Duitse schrijfster Eva Kessler geschreven boek ‘Liefdevol opvoeden, een kunst. Op een zinvolle manier grenzen stellen en daarbij je goede humeur bewaren’. Daniël Mok heeft de tekst toegespitst op de huidige Nederlandse situatie. Immers, ‘De Nederlandse pedagogiek is altijd al wat losser geweest.’

De kern van *Liefdevol opvoeden* is volgens Mok dat opvoeders niet autoritair moeten zijn want ‘dat werkt niet.’ Maar: ‘Een kind heeft recht op duidelijke grenzen. Duidelijkheid schept veiligheid. En wat kinderen héél goed begrijpen is humor. Het is de toon die de muziek maakt.’

Liefdevol opvoeden is gebaseerd op systeempedagogische inzichten. ‘Dat is een fenomenologische benaderingswijze waarin een kind, een ouder of een docent niet op zichzelf wordt gepositioneerd maar in samenhang met de familie- of schoolsituatie,’ aldus Daniël Mok.

‘Dat betekent dat binnen het systeempedagogische raamwerk de voorbeeldsituaties en de praktische tips herkenbaar zijn voor de Nederlandse opvoedingspraktijk.’ Omdat Mok praktisch werkzaam is binnen het vakgebied kon er uit eigen ervaringen worden geput.

In veertig korte hoofdstukken, onderverdeeld in overzichtelijke paragrafen, worden alle aspecten die bij de opvoeding van kinderen om de hoek komen kijken besproken en vertaald naar praktische tips. Allerlei situaties waarin opvoeders met opgroeiende kinderen verzeild kunnen raken passeren de revue en worden inzichtelijk gemaakt. De toepasselijke illustraties verduidelijken hun onderlinge verhoudingen. Het boek leert opvoeders om de kinderen goed waar te nemen en hun, vaak non-verbale, signalen op te vangen zodat tijdig kan worden ingespeeld op hun specifieke en aan leeftijd gebonden behoeften. Wanneer tijdig wordt ingezien dat het kind aan nieuwe uitdagingen toe is, worden onnodige conflicten voorkomen.

Mok: ‘Het stellen van duidelijke grenzen biedt de kinderen een veilige en overzichtelijke omgeving. Door goed waar te nemen zien we wanneer hun grenzen verruimd kunnen worden zonder dat de wereld voor de kinderen onoverzichtelijk wordt door gebrek aan houvast. Het is de ‘taak’ van het

kind om zijn grenzen te verleggen en het is de *plicht* van de opvoeders om in te grijpen wanneer het kind te grote risico's gaat lopen.

Dit is een enerverend gebeuren waarin de opvoeder zich niet te veel moet laten meeslepen, want het kind heeft recht op eenduidige en eerlijke beslissingen die helderheid verschaffen.'

Hiervoor zijn wel humor en relativiseringsvermogen vereist, aldus Mok. 'Daarom wordt er in dit boek veel aandacht geschonken aan het welzijn van de opvoeders. Een ongedwongen en ontspannen houding naar het kind toe maakt het allemaal zoveel gemakkelijker.'

Het boek sluit aan bij de huidige opvoedingstrends zoals die onder andere worden uitgedragen in opvoedkundige tv-programma's. Door de stevige theoretische achtergrond van het boek houden de tips echter beter stand en door de systematische opbouw en het trefwoordenregister is het gemakkelijk om snel het gezochte onderwerp te vinden. Zo kan het boek ook fungeren als eerste hulp bij opvoedkundige ongelukjes.

Liefdevol opvoeden, een kunst. Op een zinvolle manier grenzen stellen en daarbij je goede humeur bewaren is een uitgave van Abraxas|Pedagogiek te Amsterdam en kost 19,50. Het is verkrijgbaar bij de boekhandel.

Bron: *Amstelveens Nieuwsblad*, 18 oktober 2008

Hou contact met je kind

Op een zinvolle manier grenzen stellen en daarbij je goede humeur bewaren. Dat willen we allemaal, nietwaar? Het is de ondertitel van het boek *Liefdevol opvoeden, een kunst* van de Duitse opvoedconsulente Eva Kessler.

Onlangs verscheen, met aanpassingen aan de Nederlandse situatie, de vertaling. Het boek sluit aan bij theorieën die menen dat een kind gebaat is bij 'liefdevolle begrenzing': de grenzen die je stelt zijn in het belang van het kind, hebben tot doel hem te beschermen en zijn rechtvaardig. De term 'consequent zijn' komt in het boek niet voor. Straffen leiden tot niets, bevoegt Kessler, en met belonen moet je heel voorzichtig zijn: het maakt kinderen onzelfstandig en onvrij en is funest voor de 'intrinsieke motivatie'. Cruciaal volgens Kessler is contact met volwassenen: voor een kind even essentieel als ademen, eten en slapen. Gebrek aan contact verklaart volgens haar grensoverschrijdend gedrag. Wie contact houdt of herstelt, zal kinderen beter begrijpen (en dus beter gehumeurd blijven) en hen op een positieve manier kunnen beïnvloeden. En daar zou Kessler wel eens een punt kunnen hebben.

Truska Bast in *Het Parool* van 27 november 2008

Pedagoog Micha de Winter vindt het juist in deze tijd belangrijk om grenzen te stellen:

‘Een democratische, menselijke samenleving kan alleen maar goed functioneren als mensen hebben geleerd om rekening te houden met anderen, om te gaan met het feit dat mensen erg van elkaar kunnen verschillen, hun rechten maar óók hun plichten kennen. Een grenzeloze opvoeding geeft kinderen ten onrechte het idee dat ze alleen op de wereld zijn, dat anderen er voor hem of haar zijn. Als dat beeld bij veel mensen de overhand krijgt is daarmee het doodvonnis voor een democratische manier van samenleven getekend.’

(Bron: *Bij ons thuis*, Teleac/NOT 2007)

Filosoof Fernando Savater merkt in dit verband op dat het woord *autoriteit* komt van het Latijnse werkwoord *augere* dat zoiets betekent als ‘helpen groeien’ of ‘gedijen’. Hij schrijft in *De waarde van opvoeden* (p. 60-61):

‘Maar aan een vader die louter het beste vriendje van zijn zoon wil zijn, heb je niet veel. Het is psychologisch wel te begrijpen en het gezin wordt er wel degelijk informeler en minder beklemmend door. Maar daar staat tegenover dat de ontwikkeling van het moreel en sociaal bewustzijn van kinderen er minder goed vanaf komt. Dat trekt uiteraard een wissel op de gemeenschap.’

MICHA DE WINTER OVER PEDAGOGIEK

Eind 2007 is er een representatief onderzoek gedaan in opdracht van het tijdschrift J/M over het welbevinden van het gezin.

‘Te weinig consequent zijn’ en ‘te vaak toegeven’ prijken bovenaan in het lijstje van opvoedingsmissers.

Pedagoog Micha de Winter zegt hierover: ‘Het klopt dat veel ouders moeite hebben met het stellen van grenzen en over de hele linie wat toegeeflijker zijn geworden. Maar we zijn geen volk van *laissez faire* opvoeders. Mensen beseffen best wel dat ze fout zitten. Ze weten vaak alleen niet goed wat de regels moeten zijn en wanneer ze zich moeten laten gelden.’

Inmiddels lijken grote groepen ouders schoon genoeg te hebben van de softe pedagogische aanpak. Het moet maar eens uit zijn met dat verwennen en ouders moeten hun kinderen weer strenger opvoeden vindt 66% van de ondervraagden.

‘In gesprekken met ouders merk ik dat er sprake is van een kentering’, zegt De Winter. ‘De verloedering van de maatschappij, het verval van waarden en normen zijn terugkerende thema’s in deze discussies. De behoefte aan een nieuwe strengheid is daar een logische reactie op. Wij, als pedagogen, hameren er steeds op dat het stellen van grenzen niet vies of ouderwets is, maar even hard nodig is als liefde en aandacht. Sterker nog: je móet ze wel stellen. Doe je dat niet, dan komen kinderen onherroepelijk in de problemen in een maatschappij die voortdurend van mensen vraagt om met anderen om te gaan. Je komt niet zo ver als je je eigen grenzen als enige norm beschouwt. Je moet juist handig om kunnen gaan met verschillen.

De jeugd groeit op in een open samenleving. Je moet leren zelf je gedrag te sturen. Dat betekent dat ouders zich bewust moeten bezighouden met wat ze eigenlijk doen. Meekijken, met ze praten, samen internet op. Rekening houden met anderen, zelfredzaamheid, eigen keuzes maken en beslissingen nemen; dat zijn de waarden en doelen die bij een moderne opvoeding passen.’

De ouders uit het onderzoek bepleiten een zogenaamde autoritatieve opvoedstijl. Aan de ene kant steunen en begeleiden, maar daarnaast ook regels hanteren en grenzen stellen.

Prof. dr. M. de Winter is faculteitshoogleraar Maatschappelijke opvoedingsvraagstukken aan de Universiteit Utrecht. Hij geeft onderwijs en doet onderzoek op het terrein van maatschappelijke opvoedingsvraagstukken, jeugdbeleid en sociale participatie.

Zinvolle grenzen stellen én je goede humeur bewaren. Hoe belangrijk dat humeur is, laat het volgende voorbeeld uit de onderwijspraktijk zien.

Het is een ergernis van veel docenten dat leerlingen na het binnenkomen in de klas gaan zitten kletsen met hun tas op tafel: ‘Hoe vaak heb ik jullie nu al gevraagd om je boek en agenda op tafel te leggen en de tas op de grond te zetten?’ Rumoerig voldoen de scholieren aan het verzoek.

Je ziet hier de twee verschillende perspectieven.

De *docent* heeft de pest in, omdat hij voor de zoveelste keer hetzelfde moet vragen. De *kinderen* mopperen omdat ze het gevoel krijgen berispt te worden voordat ze *überhaupt* iets gedaan hebben.

De tip uit de praktijk is simpel: richt je als docent op de paar ‘goeden’:

‘Goh, ik zie dat Sophie en Daan hun tas al van tafel hebben. Ik zie zelfs al een boek hier en daar!’ Vrolijk doen de anderen het nu ook en in een goede sfeer is hetzelfde bereikt. Een veel betere start van de les!

Soortgelijke situaties doen zich thuis ook voor. Kinderen zijn gevoelig voor humor, positieve feedback en een vriendelijke toon. Cynisme, ironie en een boze stem worden meestal niet, of verkeerd, begrepen.

1	OVER DE ONTWIKKELING VAN DE HERSENEN IN DE UNIEKE PERIODE VAN DE ADOLESCENTIE	blz. 1
2	“NIET DE HORMONEN MAAR DE HERSENEN ‘BEPALEN’ HET GEDRAG”.	blz. 2
3	WAT WETEN WE – WETENSCHAPPELIJK GEZIEN – VAN PUBERS?	blz. 3
4	HOE KUNNEN WE DAAR REKENING MEE HOUDEN BIJ DE OPVOEDING?	blz. 4
5	ROND HET 24 ^E JAAR ZIJN DE HERSENEN VOLGROEID EN IS DE GROOTSTE RISICOVOLLE PERIODE VOORBIJ.	blz. 4
6	SAMENWERKING TUSSEN OUDERS EN SCHOOL	blz. 5
7	ONDERZOEK NAAR SOCIALE BESLISSINGEN	blz. 7
8	HET POLDERMODEL BIJ DE OPVOEDING IS PRIMA, MAAR ER IS GEEN GELIJKHEID TUSSEN KIND EN VOLWASSENE.	blz. 7
9	CONCLUSIES	blz. 8
10	BELONEN VERSUS WAARDERING	blz. 9
11	IS DE SCHOOLAGENDA OP ORDE?	blz. 11
12	EEN KIJKJE ONDER DE HERSENEN VAN PUBERS	blz. 12
13	CONTACT ALS WAPEN TEGEN SCHOOLUITVAL	blz. 17
14	GESPREK?	blz. 19
15	‘HUMOR IS WAT EEN KIND BEGRIJPT’.	blz. 21
16	PEDAGOOG MICHA DE WINTER OVER PEDAGOGIEK	blz. 23
17	EEN PRAKTIJKGEVAL	blz. 24