

Robine Kroon - Zijderhand
Tineke van der Klink - Bouwens

Executieve Functies aangestipt



Hoe jij de prestaties van jouw
leerlingen positief beïnvloedt



EXECUTIEVE FUNCTIES AANGESTIPT

Hoe jij de prestaties van jouw
leerlingen positief beïnvloedt



ROBINE KROON-ZIJDERHAND
TINEKE VAN DER KLINK-BOUWENS

INHOUD

Voorwoord	7
------------------------	----------

Inleiding	9
------------------------	----------

De EF-reis begint	13
--------------------------------	-----------

1. Hoe ontwikkelen de executieve functies zich?	14
2. Hoe zitten executieve functies in de hersenen?	20
3. Hoe kan ik de ontwikkeling van executieve vaardigheden ondersteunen?	30
4. Hoe zit het met mijn eigen executieve functies?	37

Gedragsvaardigheden

Wat zie ik en wat doe ik?	41
--	-----------

5. Hoe leer ik leerlingen hun reactie-inhibitie te verbeteren?	42
6. Hoe help ik leerlingen bij het herkennen en reguleren van hun emoties?	48
7. Hoe stimuleer ik leerlingen zelfstandig met taken te beginnen?	54
8. Hoe bevorder ik de volgehouden aandacht van leerlingen?	60
9. Hoe stimuleer ik flexibiliteit in denken en handelen bij leerlingen?	66
10. Hoe help ik mijn leerlingen hun doorzettingsvermogen te ontwikkelen?	71

Denkvaardigheden

Wat zie ik en wat doe ik? 79

- 11. Hoe ondersteun ik het werkgeheugen van leerlingen? 80
- 12. Hoe leer ik leerlingen effectief te plannen?..... 87
- 13. Hoe leer ik leerlingen hun werk te organiseren? 93
- 14. Hoe versterk ik timemanagementvaardigheden bij leerlingen? 99
- 15. Hoe stimuleer ik metacognitief denken bij leerlingen?.... 105

In de praktijk..... 113

- 16. Hoe voer ik effectieve gesprekken over vaardigheden? ... 114
- 17. Hoe zet ik spel in om vaardigheden te oefenen? 120
- 18. Hoe creëer ik een doorgaande lijn ‘Werken aan executieve vaardigheden’? 127
- 19. Hoe zet ik de metaforen in?..... 134
- 20. Hoe neem ik de ouders mee? 140

De volgende stap 145

Over de auteurs 147

Nawoord 151

Geraadpleegde bronnen 155

Inleiding

Welkom bij *Executieve Functies aangestipt – Hoe jij de prestaties van jouw leerlingen positief beïnvloedt*, een praktisch boek voor jou als professional. Dit boek is geschreven om je te helpen de ontwikkeling van de executieve vaardigheden van jouw leerlingen te ondersteunen.

Waarom dit boek?

Waarom een boek over executieve functies (EF)? Wij zien dat leerkrachten zoeken naar manieren om de ontwikkeling van leerlingen op alle fronten te ondersteunen. EF zijn de stille motoren achter succesvol leren en sociaal gedrag. Dit boek is geschreven om jou inzicht te geven in wat deze functies inhouden en het biedt diverse praktische handvatten waarmee je een omgeving kunt creëren waarin jouw leerlingen in de gelegenheid worden gesteld hun executieve vaardigheden volop te oefenen en verder te ontwikkelen.

Wij zijn deskundigen met een jarenlange ervaring in het onderwijs, in de ambulante begeleiding en het jongerenwerk. Vanuit onze professionele en persoonlijke ervaringen met leerlingen en onze eigen (inmiddels volwassen) kinderen hebben wij dit boek voor jou geschreven.

Wij nemen jou mee op reis

Bereid je voor op een boeiende reis door de wereld van de executieve functies. De eerste vier hoofdstukken lees je als een

‘inwijding in de EF’. Deze hoofdstukken bieden algemene informatie met betrekking tot alle 11 EF.

De 11 daaropvolgende hoofdstukken beschrijven ieder een EF, compleet met echte voorbeelden uit de praktijk en praktische tips die je direct kunt toepassen. Bedenk je wel: de 11 EF werken niet afzonderlijk, ze werken samen.

De laatste vijf hoofdstukken vertellen je hoe je effectieve gesprekken voert en hoe je spel inzet. Ze bieden een doorgaande lijn ‘Werken aan executieve vaardigheden’ bij jullie op school, ze geven handvatten voor het spreken van een gemeenschappelijke taal aan de hand van de metaforen en geven suggesties voor het stimuleren van ouderbetrokkenheid.

Hoe gebruik je dit boek?

Dit boek dient als jouw routekaart. Je kunt het van kft tot kft lezen of direct de hoofdstukken kiezen die het meest relevant zijn voor jouw situatie. Elk hoofdstuk staat op zichzelf. Gebruik de oefeningen, de reflectievragen en de opdrachten die we aanbieden om nog bewuster met de EV van jouw leerlingen aan de slag te gaan.

Boekbonus

Speciaal voor jou als lezer van ons boek hebben we een werkboek ontwikkeld. We raden je aan het werkboek te downloaden en te printen. Door de teksten te lezen en ook daadwerkelijk met de oefeningen en de opdrachten aan de slag te gaan, kun je het maximale voor jezelf en voor jouw leerlingen uit dit boek halen.

Ga naar
lerenlerennederland.nl/boekbonus
om het werkboek te downloaden.

Aan de slag

Waar 'ouders' staat, kun je ook 'verzorgers' lezen en waar 'hij/hem' staat, kun je ook 'zij/haar' of 'hen/diens' lezen. De methoden en strategieën die wij beschrijven, zijn bedoeld om aan te sluiten bij diverse onderwijsbehoeften. Onze visie is 'Alle kinderen voelen zich gezien en gehoord' en daar sluit de inhoud van dit boek heel goed bij aan.

Met dit boek in handen sta je aan de start van een reis. Je bent niet alleen op weg om de prestaties van je leerlingen te verbeteren, maar ook om hun hele belangrijke levensvaardigheden te bieden die zij nodig hebben in een complexe wereld. Jij als leerkracht doet er echt toe!

**DE EF-REIS
BEGINT**

Hoe ontwikkelen de executieve functies zich?

Vanwaar ineens al die belangstelling voor de executieve functies? Dit heeft alles te maken met 'voortschrijdend inzicht'. Executieve functies zijn al lang bekend in de neuropsychologie en in de cognitieve wetenschappen. Ze krijgen pas de afgelopen jaren meer aandacht in het onderwijs. In dit hoofdstuk lees je waarom het belangrijk is dat jij een omgeving schept waarin jouw leerlingen hun executieve vaardigheden kunnen oefenen.

Stel, je hebt de leerlingen een opdracht gegeven. Je hebt uitgelegd, de eventuele materialen laten zien en de nodige vragen beantwoord. Dan zeg je: 'Ga maar aan de slag!' Welk gedrag zie je dan? Neem eens drie minuten de tijd om in je werkboek voor jezelf op te schrijven welk gedrag je dan bij jouw leerlingen ziet.

Het zal je niet verbazen dat wanneer je deze opdracht samen met collega's doet, veel observaties overeenkomen. Wanneer je na een uitleg de kinderen uitnodigt om aan het werk te gaan, zullen sommigen voor zich uit staren, bij hun burens kijken of op zoek gaan naar hun potlood. Anderen steken hun vinger op, lopen naar het toilet of vertonen druk gedrag. Al dit gedrag is 'werkgedrag' en

heeft alles te maken met de ontwikkeling van executieve functies en executieve vaardigheden, vanaf nu regelmatig kortweg EF en EV genoemd.

Wil je een overzicht met daarop een korte uitleg van de EF?
We hebben een Spiekbrieft voor je gemaakt!

Ga naar
lerenlerennederland.nl/boekbonus
en zoek de Spiekbrieft op.

Op deze uitlegkaart staan trouwens de metaforen die wij
aan de diverse functies gekoppeld hebben.

Waarom is het belangrijk om executieve functies te ontwikkelen?

‘Executieve functies’ is een paraplueterm voor de cognitieve processen die je in staat stellen om je gedrag, emoties en gedachten zó te sturen dat je sociaal aangepast gedrag kunt laten zien en doelgericht kunt werken (Malfait, 2020). EF zijn de regelfuncties van je brein; zij vormen als het ware de verkeerstoren in je hoofd.

EF zijn gecompliceerde processen in het brein, die elkaar bovendien ook nog eens beïnvloeden. Daarom kun je niet makkelijk zeggen welk gedrag van welke EF komt. Dit is de reden waarom je gedrag dus nooit aan slechts één bepaalde EF kunt koppelen (Horeweg, 2023).

De EF kun je niet zien. Wat je wél kunt zien is het (waarneembaar) gedrag dat ermee samenhangt en dan hebben we het over de EV.

Vaardigheden ontwikkelen heeft te maken met 'iets kunnen leren'. Hierover later meer.

Een leerling die zijn EF goed ontwikkelt, heeft een grotere kans op schoolsucces. Belangrijk om hierbij te vermelden is, dat het erom gaat dat iedere leerling het voor hém hoogst haalbare bereikt. Met andere woorden: binnen de mogelijkheden die er zowel lichamelijk als cognitief zijn. Goede EV maken het (schoolse) leven relaxter en het voorkomt problemen bij het opgroeien.

Hoe goede executieve vaardigheden zorgen voor een grotere kans op schoolsucces

Goed ontwikkelde EF leveren de leerlingen bijvoorbeeld het volgende op: als je het hebt over plannen, organisatie en timemanagement, dan bedoelen we onder andere het vermogen van leerlingen om de juiste materialen klaar te leggen, in te schatten hoeveel tijd ze hebben en hoe ze die gaan indelen, te bedenken wat ze moeten doen, hoe ze het moeten doen en in welke volgorde. Dit helpt hen om hun tijd effectief te gebruiken, hun taken af te maken en doelen te bereiken.

Als je het hebt over volgehouden aandacht, dan wordt het vermogen om aandacht te blijven schenken aan een situatie of taak bedoeld, ondanks afleiding, vermoeidheid of verveling (Dawson & Guare, 2019). Ergens goed hun aandacht bij kunnen houden helpt de leerlingen hun taken te starten, te maken en goed af te ronden.

En denk ook aan het vermogen om impulsen te beheersen, reactie-inhibitie genoemd. Leerlingen zullen moeten leren dat zij nadenken voordat ze iets doen of zeggen, of dat ze juist besluiten om niets te doen of te zeggen.

Reactie-inhibitie wordt ook wel je innerlijke rem genoemd. Als leerlingen kunnen nadenken voordat ze al of niet iets zeggen of doen, kan dit hen bijvoorbeeld helpen in hun contact met anderen. Een goede impulsbeheersing voorkomt dat leerlingen direct met emotie reageren of dat ze zich laten afleiden. Ook leren zij om ergens op te wachten.

Flexibel kunnen zijn, dus accuraat kunnen schakelen van de ene situatie naar de andere, zorgt ervoor dat leerlingen bijvoorbeeld in staat zijn om zich aan te passen aan veranderende omstandigheden, een nieuwe aanpak kunnen verzinnen als de eerste niet lukt of zich in een ander persoon kunnen verplaatsen. Dus als jij wilt dat jouw leerlingen zowel op school als in hun persoonlijke leven succesvol zijn, is het belangrijk dat je hen helpt bij het ontwikkelen van de EV. Dit kan door middel van specifieke activiteiten, strategieën en ondersteuning in de klas.

Dit punt alleen al is voor jou als leerkracht vast een goede reden om bewust aandacht te besteden aan de ontwikkeling van de EV van jouw leerlingen.

Kinderen hebben potentie om executieve functies te ontwikkelen

De EF zijn continu in ontwikkeling. In de kleutertijd ontwikkelen de EF zich in een razend tempo. Daarna verloopt de ontwikkeling trager door tot ongeveer het 25^{ste} levensjaar. Vanzelfsprekend zijn er individuele verschillen. Deze individuele verschillen hebben te maken met de kindkenmerken en de omgeving waarin een kind opgroeit en onderwijs krijgt; het bekende *nature-nurture*-verhaal. Door je hier alleen al van bewust te zijn, kun je milder naar kinderen kijken.

Kinderen en tieners ontwikkelen vaardigheden wanneer zij tijd en ruimte krijgen om deze zelfstandig of samen met anderen te trainen, herhaaldelijk te oefenen en door routine. Routines ontlasten het brein! 'Oefening baart kunst' is hier zeker van toepassing.

Bij vaardigheden gaat het om het (correct) uitvoeren van bepaalde handelingen en het in de praktijk brengen van de kennis die de leerlingen verworven hebben. Waar de één een bepaalde vaardigheid in korte tijd onder de knie heeft, moet de ander heel vaak oefenen. Zo is het leven nu eenmaal.



'Everything is hard before it is easy.'

Goethe

Wel of geen leerlijn-executieve functies

De ontwikkeling van de EF verloopt bij ieder kind anders. Je doet met een 'one-size-fits-all'-leerlijn geen recht aan de verschillen tussen kinderen. Moet je dan voor ieder kind een eigen EF-lijn aanhouden? Alsjeblieft niet zeg; dat is naast al je andere werk echt niet te doen. Maar wat kun je dan wel doen? Dat lees je in de hoofdstukken 3 en 18.

Pak je werkboek erbij. Als je die nog niet hebt gedownload, doe dit dan alsnog. Je vindt het werkboek op **lerenlerennederland.nl/boekbonus**. Schrijf bij vraag 2 in zes steekwoorden op wat je van het antwoord onthouden hebt.

1. Kies nu een van deze steekwoorden uit. Bijvoorbeeld: van de zes opgeschreven steekwoorden kies ik 'routines'.
2. Bedenk nu voor jezelf hoe je dit woord in je dagelijks handelen terug laat komen. Bijvoorbeeld bij 'routine' kan dit zijn:
 - Ik ga ervoor zorgen dat ik de schooldag voortaan afsluit met een liedje.
 - Ik sta 's morgens bij de deur om mijn leerlingen te verwelkomen.
 - Ik schrijf mijn dagplanning voortaan op het bord en bespreek deze met de leerlingen.
 - Ik zet samen met de kinderen de dagritmekaarten klaar en bespreek het verloop met hen.
 - Ik maak een incheck-kaart met knijpers waarop de namen van de kinderen staan. Ik vraag hun om iedere dag in te checken en neem hier notitie van.

GEDRAGSVAARDIGHEDEN

**WAT ZIE IK
EN WAT DOE IK?**

Hoe leer ik leerlingen hun reactie-inhibitie te verbeteren?

Waarom reageert de helft van de klas impulsief? Kan er dan niemand even op zijn stoel blijven zitten? Hadden zij wéér een conflict tijdens de overblijf? Waarom roept die leerling antwoorden door de klas? In dit hoofdstuk krijg je achtergrondinformatie en handvatten om de leerlingen met uitdagingen rond reactie-inhibitie te helpen.

‘Reactie-inhibitie is het vermogen om na te denken voor we iets doen, waardoor we de tijd krijgen om een situatie te beoordelen en na te gaan hoe ons gedrag deze beïnvloedt.’

Dawson & Guare, 2019

Reactie-inhibitie is nadenken voordat je iets doet of zegt óf dat je besluit juist niets te doen of te zeggen. Het is jouw innerlijke rem. Er zijn drie vormen van reactie-inhibitie:

- impulsbeheersing op waarneming: wat zie, hoor, ruik, voel je om je heen?
- impulsbeheersing op gedachten: kun je de gedachten in je hoofd stoppen?
- impulsbeheersing op gedrag: kun je je handelen stoppen?

Problemen met reactie-inhibitie kunnen tot conflicten in de klas leiden en voor verstoring van het leerproces zorgen, zowel voor die van de leerling zelf als die van de hele klas. De vraag is dan: 'Hoe verander je dat storende gedrag?'

Wat je je dan als leerkracht als eerste moet afvragen is: 'Waar komt dit gedrag vandaan?' Ieder gedrag komt namelijk voort uit een behoefte. De oorzaak zou kunnen liggen in de ontwikkeling van de EF. Mocht dit zo zijn, dan is het goede nieuws dat jij als leerkracht de EF van jouw leerlingen voor een deel kunt versterken. En weet je dat je dat tijdens je dagelijks handelen al heel vaak doet?

👉 *'Ik doe morgen echt niet mee met de quiz hoor!' Luca is nog maar net binnen. 'En waarom doe jij niet mee met de quiz? Vertel eens, wat is er aan de hand?' 'De juf is boos op mij,' zegt hij. 'We waren een quiz aan het oefenen en zij vroeg: 'In welke stad staat de Eiffeltoren?' Alle kinderen van mijn groepje smoesden 'Frankrijk' tegen elkaar. Maar dat is helemaal fout! En toen riep ik heel hard: 'Het is Parijs! Het is Parijs!' En toen werd de juf boos. Ze zei dat het al de zoveelste keer was en ik moest naar de gang. Maar het is toch zo? Het is Parijs en niet Frankrijk!'*

Luca is een cognitief sterke leerling en met z'n acht jaar heeft hij bovenmatig veel kennis van diverse onderwerpen. Ik bespreek het voorval met hem. Hij begrijpt waarom de juf reageerde en dat het voor de anderen storend is als hij zijn antwoorden door de klas roept. Ik vraag hem wat hem daarbij zou kunnen helpen. 'Wat kunnen we bedenken zodat jij je kennis op dat soort momenten kwijt kunt en je klasgenoten denktijd krijgen? Wat zou jou helpen?' 'Ik weet het!' zegt hij. 'Als ik

*nu eerst mijn antwoord eens op mijn wisbordje schrijf?'
Zo gezegd zo gedaan. We zijn nu een jaar verder en
natuurlijk vergist Luca zich nog weleens, maar over het
algemeen heeft dit idee hem op diverse momenten goed
geholpen.*

Het fundament

Reactie-inhibitie is een van de drie basisfuncties. Het ontwikkelt zich meteen na de geboorte en vormt samen met flexibiliteit en werkgeheugen het fundament. De overige functies bouwen verder op deze drie EF. Het feit dat deze drie functies het fundament genoemd worden, geeft aan hoe belangrijk ze zijn.

Hoe weet je wat je van een leerling mag verwachten?

Om te weten wat je qua reactie-inhibitie van een leerling mag verwachten, hebben we een heel simpele tip: gebruik je gezond verstand en jouw ervaring als leerkracht. Kijk naar het gemiddelde van de groep en je weet welke leerlingen er (extra) ondersteuning van jou behoeven. Wees je ervan bewust dat jonge kinderen hun impulsen nog maar moeilijk kunnen onderdrukken. Zij reageren vrijwel direct op alle zintuiglijke prikkels die bij hen binnenkomen. Bij leerlingen tot en met zo'n zes jaar wordt dit als normaal beschouwd, maar van oudere kinderen wordt verwacht dat ze een directe reactie onderdrukken. Door goede feedback en sturing ontwikkelt reactie-inhibitie zich. Jouw leerlingen zullen daardoor steeds beter in staat zijn om te kiezen voor een gedragsalternatief dat beter past bij de sociale regels (Jolles, 2022).

Mocht je leerkracht of begeleider in de kleuterbouw zijn, dan is het advies om eerst op de vaardigheden behorende bij reactie-inhibitie, flexibiliteit en werkgeheugen in te zetten om zo te zorgen voor een sterk fundament.

Wat zie je in de klas als het goed gaat?

Wanneer reactie-inhibitie goed ontwikkeld is, zie je leerlingen die:

- gedrag op tijd kunnen stoppen;
- een opmerking of reactie voor zich kunnen houden;
- op hun beurt wachten zowel tijdens gesprekken als tijdens activiteiten;
- afleidingen negeren;
- naar instructies luisteren;
- zich aan regels houden.

En als het nog niet zo goed gaat?

De leerlingen waarbij reactie-inhibitie nog volop in ontwikkeling is, kunnen het volgende gedrag vertonen:

- druk zijn;
- onhandig zijn;
- moeite met luisteren hebben;
- eerst doen en dan pas denken;
- moeilijk aan de regels kunnen houden en snel opgeven.

Wat kun je doen?

Er zijn vele manieren waarop je zowel op individueel niveau als op groepsniveau jouw leerlingen kunt ondersteunen bij de ontwikkeling van hun inhibitievaardigheden. Bedenk hierbij dat de leerlingen nooit maar één vaardigheid oefenen. De executieve functies zijn onderling sterk met elkaar verbonden. Zo is reactie-inhibitie nauw verbonden met werkgeheugen, waarbij kinderen informatie moeten onthouden om een taak uit te voeren en flexibel denken, het vermogen om zich aan te passen aan veranderende omstandigheden.

9 *'Ik word altijd gepest tijdens de overblijf! Die kinderen van groep 7 zoeken mij altijd op.' Aan het woord is Aram, hij is negen jaar en ik ben zijn plusklasleerkracht. Een keer per week komt hij samen met 12 leerlingen van andere scholen een hele dag bij mij. Dan doen we activiteiten waarbij zij bijvoorbeeld hun hersens moeten kraken, outside the box denken, onderzoek doen en presentaties voorbereiden en uitvoeren.*

Aram voelt zich onder ontwikkelingsgelijken als een vis in het water. Op zijn eigen school is dat anders. Bij het buitenspelen tijdens de overblijf is hij vaak de klos. Dit heeft ook met hemzelf te maken. Aram heeft een kort lontje, laat zich uitdagen, reageert explosief en weet niet goed hoe hier anders mee om te gaan. Uiteraard zijn er al diverse gesprekken met deze en gene geweest, maar tot op heden heeft dat weinig opgeleverd.

We bespreken dit met de hele groep en Aram komt uiteindelijk zelf met een oplossing. 'Op de momenten dat ik voel dat ik boos word, zou ik graag samen met mijn vriend even naar een andere plek gaan.' We bespreken waar hij dan naartoe gaat en wat hij daar zal doen. 'Ik wil dan het liefst even naar binnen en op de gang in mijn eigen schetsboek tekenen.'

We bespreken dit idee met zijn groepsleerkracht en de intern begeleider en zij gaan beiden akkoord. Het bijzondere is dat Aram slechts twee keer van deze gelegenheid gebruikmaakt. Hij heeft geleerd zijn opkomende boosheid te herkennen en stapt voortaan bijtijds uit de situatie.

Tips voor in de klas

- Bereid leerlingen voor op situaties.
- Leer leerlingen strategieën aan.
- Verbind consequenties aan slechte impulsbeheersing (vooraf afgesproken).
- Beloon goede impulsbeheersing.
- Geef feedback op gedrag.
- Speel Stop Denk Doe-spellen (bijvoorbeeld 'Simon zegt...').
- Speel rollenspellen.
- Laat leerlingen ademhalingsoefeningen doen.

We hebben een Stop Denk Doe-werkblad voor jou gemaakt. Met behulp van dit blad kun je met een leerling een strategie bespreken en de afspraken die jullie maken noteren. Ga naar **lerenlerennederland.nl/boekbonus** om het werkblad te downloaden.

- Neem de 'tips voor in de klas' door. Wat doe je al? Vink in je werkboek af wat je allemaal al doet. Wat zou je willen uitproberen? Noteer in je werkboek wat je wilt doen, hoe je dit gaat doen en vooral ook wanneer. Ga naar **lerenlerennederland.nl/boekbonus** voor het werkboek.
- Bespreek met je leerlingen waarom het handig is om een innerlijke rem te hebben. Bereid dit gesprek voor in je werkboek. Bedenk daarbij hoelang je het gesprek wilt laten duren, hoe je het gesprek inleidt (bijvoorbeeld met een anekdote, een verhaal, een toneelstukje of een dilemma), welke vragen je stelt en wat je met de antwoorden van de leerlingen doet (opschrijven, laten uitspelen, situatiekaarten maken).

IN DE PRAKTIJK

Hoe voer ik effectieve gesprekken over vaardigheden?

Je staat iedere dag voor de uitdaging om kennis over te dragen en om de ontwikkeling van vaardigheden bij je leerlingen te ondersteunen. Executieve functies spelen hierin ook een rol. Maar hoe herken je deze functies en hoe kun je ze versterken door middel van gesprekken? Dit hoofdstuk biedt je praktische handvatten om effectieve gesprekken over vaardigheden te voeren, met speciale aandacht voor de Gesprekskaarten Executieve Functies.

De kracht van gesprekken

Gesprekken vormen een krachtig instrument tijdens je lesgeven. Ze bieden je de kans om dieper in te gaan op wat er in je leerlingen omgaat en hoe ze denken over hun eigen leerproces. Door effectieve gesprekstechnieken toe te passen kun je je leerlingen helpen hun EF te herkennen, te begrijpen en te versterken.

‘Communicatie gaat niet zozeer over zenden en ontvangen, maar over begrijpen en verbinden.’

Ron van der Jagt

Begin bij het begin: de basis leggen

Voordat je de diepte ingaat, is het belangrijk om een veilige en open gespreksomgeving te creëren. Laat je leerlingen weten dat hun gedachten en gevoelens waardevol zijn en dat fouten maken deel uitmaakt van het leerproces. Een goede start kan zijn door te vragen hoe ze hun dag of een taak hebben ervaren.

Gesprekskaarten als leidraad

De Gesprekskaarten Executieve Functies zijn een praktisch hulpmiddel om gestructureerde gesprekken te voeren. Op elke kaart staat een stelling betreffende een bepaalde vaardigheid EF die het gesprek op gang kan brengen. Gebruik deze kaarten om met je leerlingen te verkennen welke vaardigheid zij willen versterken en bespreek hoe ze dat gaan doen. Leerlingen weten vaak zelf heel goed wat ze willen leren en wat ze daarvoor nodig hebben. Ook jonge kinderen kunnen al aangeven wat hen kan helpen.

Ik: *'Hé, ik zag dat je vandaag een beetje moeite had om te beginnen aan je tekening. Gebeurt dat weleens vaker?'*

Anne: *'Ja, soms weet ik niet wat ik moet tekenen.'*

Ik: *'Dat is helemaal oké. Daar hebben we allemaal weleens last van. Zullen we samen iets verzinnen dat jou kan helpen om te beginnen?'*

Anne: *'Ja, dat klinkt leuk! Zal ik een magisch woord bedenken? Elke keer als ik dit woord in mijn hoofd zeg, begin ik meteen.'*

Ik: *'Wat een goed idee. Laten we dat proberen. Aan welk woord denk je?'*

Anne: *'Uhm, 'start?'*

Ik: *'Perfect! 'Start' is jouw magische woord. Wat zou je graag willen tekenen?'*

Anne: *'Een zon, een kat en een huis!'*

Ik: 'Geweldig! Laten we 'start' zeggen en met de zon beginnen.'

Anne: 'Start!'

In dit gesprek is een positieve en speelse aanpak gebruikt om Anne te ondersteunen bij het beginnen aan een taak. Door het bedenken van een 'magisch woord' wordt de taakinitiatie voor Anne een leuke uitdaging en zorgt het voor keuzevrijheid en betrokkenheid wat de motivatie vergroot. Ik stelde voor om met de zon te beginnen om Anne met de eerste stap te helpen.

Actief luisteren en doorvragen

Actief luisteren betekent dat je er met je volledige aandacht bent voor wat de leerlingen zeggen, zonder direct met oplossingen te komen. Laat hen tijdens het gesprek nadenken door open vragen te stellen zoals 'Kun je me meer vertellen over hoe je dit hebt aangepakt?', 'Hoe voelde je je toen dat gebeurde?' of 'Hoe ziet het eruit wanneer je de vaardigheid onder de knie hebt?'

Reflectie en zelfinzicht

Help je leerlingen om te reflecteren op hun eigen handelen en denkprocessen. Vragen als 'Wat zou je de volgende keer anders kunnen doen?' of 'Wat heb je geleerd van deze ervaring?' stimuleren dit en zorgen voor zelfinzicht en zelfevaluatie. Dit is belangrijk voor het proces van het versterken van EF.

Gebruik 'de twee-minutenregel' tijdens gesprekken. Als je merkt dat een leerling moeite heeft om zich te uiten, geef hem dan twee minuten ononderbroken spreektijd. Dit zorgt ervoor dat leerlingen zich gehoord voelen en stimuleert hen hun gedachten en gevoelens te uiten.

Het stellen van doelen

Een gesprek is pas echt effectief als het leidt tot actie. Werk samen met je leerlingen aan het stellen van haalbare doelen. Gebruik de SMART-criteria (Specifiek, Meetbaar, Acceptabel, Realistisch, Tijdgebonden) om deze doelen te formuleren. De Gesprekskaarten Executieve Functies kunnen ook hier een rol spelen door specifieke vaardigheden te kiezen waarop de leerling zich wil focussen.

Vragen stellen die ertoe doen

Het stellen van de juiste vragen heeft als voordeel de meest relevante informatie te krijgen van je leerlingen als je streeft naar het versterken van de EF. Open vragen die beginnen met wie, wat, waar, wanneer, waarom en hoe, nodigen uit tot nadenken. Ze inspireren leerlingen hun gedachten, gevoelens en strategieën te delen en geven je vaak de meeste informatie. Bijvoorbeeld:

Wie: 'Wie helpt jou om het vol te houden?'

Wat: 'Wat deed je toen je voor die uitdaging stond?'

Waar: 'Waar ben je het meest trots op?'

Hoe: 'Hoe voelde je je toen je die taak afmaakte?'

Waarom: 'Waarom denk je dat deze aanpak goed werkte voor jou?'

Wanneer: 'Wanneer voelde je dat je het meest gefocust was tijdens deze taak?'

Tips voor het stellen van vragen

- Wees oprecht geïnteresseerd: laat zien dat je echt benieuwd bent naar de gedachten en gevoelens van je leerlingen.
- Geef tijd om na te denken: dring niet aan op snelle antwoorden. Geef ze de tijd om hun gedachten te ordenen.
- Vermijd suggestieve vragen: stel vragen die leerlingen niet sturen naar een specifiek antwoord.
- Bouw voort op (non-)verbale antwoorden: Gebruik de antwoorden van leerlingen als springplank voor verdere vragen.

- Gebruik positieve bevestiging: zinnen als 'Ik geloof in je' of 'Je hebt dit al eerder gedaan, je kunt het weer' kunnen motiverend werken.
- Gebruik ik-boodschappen: wanneer je feedback geeft, gebruik dan 'ik-boodschappen' om te voorkomen dat de leerlingen zich aangevallen voelen. Zeg bijvoorbeeld: 'Ik merkte dat...' in plaats van 'Jij deed...'
- Let op je lichaamstaal: zorg ervoor dat je lichaamstaal open en uitnodigend is. Gekruiste armen kunnen bijvoorbeeld wijzen op een gesloten houding.

Op de downloadpagina van onze website vind je ezelsbruggetjes voor goede gespreksvaardigheden:
lerenlerennederland.nl/kennisbank-lerenleren/downloads.html

Integratie in het dagelijks onderwijs

Maak van gesprekken over vaardigheden een vast onderdeel in je dagelijks lesgeven. Dit hoeft niet veel tijd in beslag te nemen; een kort gesprek aan het begin of einde van de dag of les kan al van grote waarde zijn. De Gesprekskaarten Executieve Functies kunnen eenvoudig worden geïntegreerd in verschillende lesactiviteiten. Ze bieden een gestructureerde aanpak om vaardigheden te bespreken. Je kunt ervoor kiezen een hele week te wijden aan één stelling uit de set Gesprekskaarten Executieve Functies. Deze stelling kan als start van de dag dienen en gedurende de dag kan

worden besproken wat de vaardigheid precies inhoudt en wanneer je ziet dat leerlingen deze vaardigheid toepassen.

Vraag je leerlingen om een 'vaardighedendagboek' bij te houden gedurende een week. In dit dagboek schrijven ze elke dag op welke EV ze hebben gebruikt of willen verbeteren en hoe ze dit hebben gedaan of van plan zijn te doen.

Over de auteurs



Wij zijn Robine & Tineke. Bij elkaar hebben wij meer dan 60 jaar ervaring in het basisonderwijs en in de begeleiding van leerlingen in het voortgezet onderwijs. Na het gezamenlijk afronden van diverse opleidingen op het gebied van leren, besloten wij trainingen aan leerlingen in het voortgezet onderwijs te geven. Wij leerden de leerlingen hoe ze hun favoriete leerstrategieën kunnen herkennen en inzetten.

Na een aantal trainingen kwamen we erachter dat veel leerlingen, vaak van het vwo en het gymnasium, onder hun potentie scoorden. Maar wat de precieze oorzaak daarvan was, was nog niet helemaal duidelijk. Wij gingen op onderzoek uit en ontdekten dat bij de meeste leerlingen bepaalde executieve vaardigheden nog niet goed ontwikkeld waren.

Nu we hadden geconstateerd wat er precies aan de hand was, was de volgende vraag: hoe lossen we dit op? Wij stortten ons volledig in de wereld van de executieve functies en alle daarbij horende vaardigheden en verdiepten ons in alles wat we over executieve functies konden vinden, van boeken lezen tot professionalisering. Vervolgens wilden we graag materialen aanschaffen om samen met de leerlingen aan de slag te gaan. Wat bleek? Dit was nergens te vinden. Nergens konden we materiaal vinden dat ingezet kan worden om samen met de leerlingen de precieze hulpvraag helder te krijgen. Echter, we hadden dat materiaal wel nodig, want het oefenen van executieve vaardigheden vormt de basis van (gerichte)

ontwikkeling. Dat was het moment waarop er een lampje bij ons ging branden. Wat er niet was, konden we namelijk met onze expertise heel goed zelf maken. Met al onze opleidingen en praktijkervaring op zak, richtten we in 2015 Leren Leren Schiedam op. Vanaf 2019 heet ons bedrijf Leren Leren Nederland.

Om te bepalen aan wat voor materialen er precies behoefte was, gingen wij in gesprek met de leerlingen. Zij gaven aan dat er veel óver hen wordt gesproken, maar nog veel te weinig mét hen. We namen dit als uitgangspunt en creëerden ons eerste materiaal: Gesprekskaarten Executieve Functies Voortgezet Onderwijs. Deze gesprekskaarten zijn het middel waarmee professionals en hun leerlingen met elkaar in gesprek kunnen gaan over EF. Zo komen zij er samen achter wat er al goed gaat en waardoor de leerling vastloopt.

Al gauw maakten steeds meer professionals gebruik van onze gesprekskaarten. Er kwamen aanvragen voor materialen die ook in andere doelgroepen gebruikt kunnen worden. Vanuit deze groeiende vraag naar materialen over executieve functies en vaardigheden, breidden wij ons assortiment uit. Inmiddels heeft Leren Leren Nederland verschillende kwaliteitsmaterialen uitgebracht. Ieder materiaal kan zowel op zichzelf als in combinatie met de andere materialen worden gebruikt. Allemaal met hetzelfde doel: alle kinderen voelen zich gezien en gehoord.

Wij sluiten dit hoofdstuk graag af door nog even te melden dat wij enorm trots zijn op alle professionals die ons helpen onze visie uit te dragen. Regelmatig horen wij terug van leerkrachten en andere professionals dat door het inzetten van onze materialen de resultaten van hun leerlingen verbeteren. Tijdens trainingen die wij geven krijgen wij vaak de vraag: 'Waarom bestond dit nog niet

toen ik nog jong was?’ waarbij zij erachteraan zeggen: ‘Dan had ik meteen kunnen oefenen wat voor mij werkt in plaats van van alles te moeten oefenen wat de leerkracht toen voor mij had verzonnen.’

EXECUTIEVE FUNCTIES AANGESTIPT

Voel je je soms overweldigd door de uitdagingen in het onderwijs van vandaag de dag en vind je het lastig om tijd te vinden voor de ontwikkeling van de executieve vaardigheden van jouw leerlingen? Wil je hun prestaties echter wel positief beïnvloeden? Dit boek helpt jou bij het creëren van een schoolomgeving die jouw leerlingen nóg beter in staat stelt om hun vaardigheden te oefenen zonder dat dit jou extra tijd kost.

Je krijgt in dit boek antwoord op belangrijke vragen, zoals:

- Hoe ontwikkelen de executieve functies zich?
- Hoe kan ik de ontwikkeling van executieve vaardigheden makkelijk ondersteunen?
- Hoe bevorder ik de volgehouden aandacht van leerlingen?
- Hoe voer ik effectieve gesprekken over vaardigheden?
- Hoe creëer ik een doorgaande lijn 'Werken aan executieve vaardigheden'?

De casussen laten jou inzien hoe de juiste focus op executieve functies een positieve impact op leerlingen heeft. Tineke en Robine geven je meer dan een leidraad; dit boek is de sleutel tot het versterken van belangrijke vaardigheden die elk kind nodig heeft voor succes. Je krijgt volop handvatten waarmee je de potentie van alle leerlingen volledig benut.

Inclusief praktisch werkboek!



Tineke en Robine zijn eigenaar van Leren Leren Nederland en zijn beiden leerkracht basisonderwijs, kindercoach en trainer 'Werken aan executieve vaardigheden'. Ze hebben inmiddels 14 materialen op het gebied van executieve functies en vaardigheden ontwikkeld en uitgegeven. Hoogbegaafde leerlingen zijn hiervoor hun inspiratiebron geweest. Inmiddels zijn er materialen voor alle leerlingen en studenten op de markt gebracht, zodat alle leerlingen en studenten zich gezien en gehoord voelen.

lerenlerennederland.nl

EXPERTBOEK



9 789493 355569