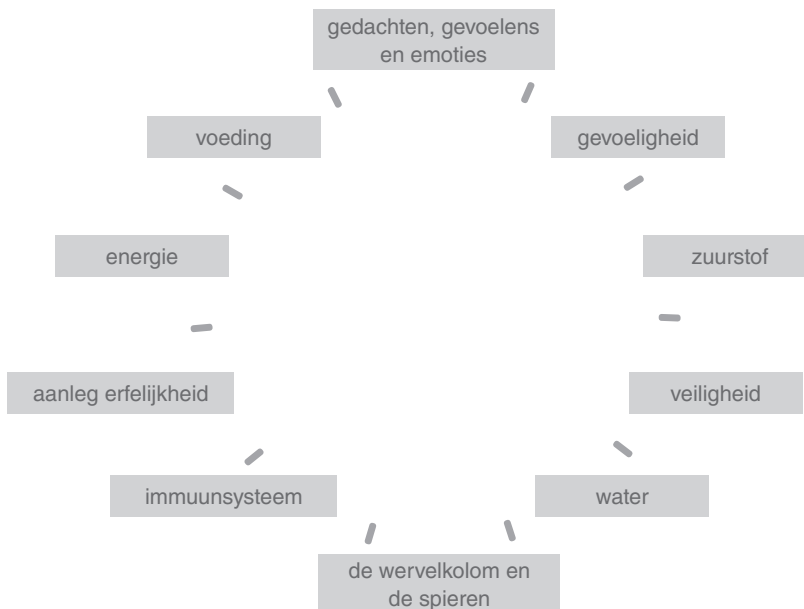


### 3 De bouwstenen

Lekker in je vel zitten houdt in dat je flexibel om kunt gaan met de prikkels en informatie die op je afkomen. Hiervoor is energie nodig en hoe meer energie een kind heeft, hoe flexibeler het zal kunnen reageren. Om goed tegen een stootje te kunnen is het dus handig om reserves op te bouwen. Om een kind goed te kunnen ondersteunen bij deze opbouw en om ervoor te zorgen dat een kind energiek blijft, is het als eerste van belang om te weten welke factoren een belangrijke rol spelen bij de ontwikkeling van een kind. Deze factoren worden vanaf nu bouwstenen genoemd, omdat ze daadwerkelijk bijdragen aan hoe een kind zich ontwikkelt. Ook nu gaan we uit van het totale kindbeeld: een kind functioneert en ontwikkelt zich het meest optimaal wanneer zijn lichaam en zijn brein goed met elkaar samenwerken.



De volgende bouwstenen spelen een belangrijke rol in het totale functioneren van een kind:

- veiligheid
- gedachten, gevoelens en emoties
- immuunsysteem
- voeding
- wervelkolom en spieren
- gevoeligheid
- zuurstof
- water
- aanleg en erfelijkheid
- energie

### **Veiligheid**

Wanneer je je als kind beschermd en gewenst voelt door je ouders en de omgeving waarin je opgroeit, zal dat een gevoel van veiligheid geven. Veiligheid bepaalt in grote mate je functioneren: hoe je denkt, hoe je je voelt en hoe je doet. Wanneer een kind zich veilig voelt en merkt en ervaart dat het kan en mag zijn wie het is, zal het beter met stresssituaties om kunnen gaan. Het kind ervaart vertrouwen en geborgenheid, een basis waarop het zelfbewust kan en mag opgroeien.

### **Gedachten, gevoelens en emoties**

Wanneer je je goed voelt, denk je positiever en zullen de dagelijkse dingen gewoon makkelijker gaan. Zo werkt het ook bij een kind. Als het lekker in zijn vel zit en zich prettig voelt, zal een kind zich meestal positief gedragen. Andersom werkt dit hetzelfde: als een kind niet lekker in zijn vel zit, voelt het zich niet goed. Dan kunnen er bijvoorbeeld allerlei piekergedachten ontstaan, waardoor het kind ander gedrag laat zien of lichamelijke klachten krijgt. Hoe positiever en blijer een kind zich voelt en hoe meer een kind kan en mag zijn wie hij is, hoe meer energie het zal opbouwen.

### **Immuunsysteem**

Het immuunsysteem is bepalend voor de algemene weerstand van een mens. Het is de verdedigingslinie wanneer het lichaam te maken krijgt met ziekteverwekkers.

Niet alleen de cellen en stoffen die bijdragen aan onze weerstand behoren tot het immuunsysteem. Ook alle hormoonachtige stoffen en neurotransmitters

(boodschapperstoffen) zoals adrenaline, serotonine en cortisol behoren hier toe. Het immuunsysteem heeft niet alleen als taak om het lichaam te verdedigen tegen ziekmakers. Het draagt ook bij aan het in stand houden van het evenwicht tussen de belasting en de belastbaarheid. Een goed werkend immuunsysteem zorgt ervoor dat een kind minder snel stress zal ervaren.

*Adrenaline en cortisol zijn stoffen die tijdens stresssituaties door de bijnieren worden aangemaakt. De functie van deze stoffen is het verhogen van het alertheidsniveau. Ze zorgen ervoor dat het lichaam klaarstaat om te kunnen vechten of vluchten als het gevaar te groot wordt. Serotonine is een stof die grotendeels wordt aangemaakt in de darmen en die invloed heeft op onze stemming en prikkelgevoeligheid. Voldoende serotonine zorgt er onder andere voor dat we ons emotioneel stabiel blijven voelen en qua energie in balans blijven. Vermoeidheid of overgevoeligheid voor aanraking, licht en geluid kan soms ontstaan op basis van een serotoninetekort. Deze stoffen zijn boodschapperstoffen; ze zetten het lijf en brein aan tot acties en/of lichaamsreacties bij (dreigende) dysbalans.*

## **Voeding**

Voor een goede groei en ontwikkeling heeft een kind volwaardige voeding nodig. Voeding levert niet alleen de benodigde bouwstenen zoals vitamines, mineralen, koolhydraten en vetten. Ook levert volwaardige voeding neurotransmitters zoals serotonine en dopamine. Deze twee stoffen zijn van belang voor de prikkeloverdracht in de hersenen. Net als ons lijf hebben ook onze hersenen ook de juiste voedingsstoffen nodig. Voeding bepaalt mee hoe een kind met prikkels en informatie omgaat. Hoe meer volwaardige voeding een kind krijgt, hoe beter het zich zal ontwikkelen. Ook een goed werkend spijsverteringssysteem is hierbij van belang.

*Dopamine is een stof die ook wel het gelukzaligheidshormoon wordt genoemd. Dopamine zorgt er mede voor dat we ons blij kunnen voelen. Ook draagt het bij aan het kunnen stellen van doelen in het leven, de motivatie daarin en het leervermogen. Het is ook een stof die van invloed is op de motoriek.*

**p. 34-49 maken geen onderdeel uit van dit inrijvoorbeeld**

Maar soms begrijp je niet waarom een kind doet zoals het doet. Of je ziet wel wat er misgaat, maar het lukt niet om het kind zijn balans te laten herstellen. Dan is wat het kind meemaakt te veel, te heftig of te verwarrend met als gevolg dat het kind uit evenwicht blijft. In de volgende hoofdstukken wordt uitgelegd welke factoren hiervoor verantwoordelijk kunnen zijn en hoe hiermee anders kan worden omgegaan.

### **3.8 De ontwikkeling van vaardigheden van een kind**

Alles wat een kind meemaakt legt het vast op de harde schijf in het brein. Pas wanneer het kind een aantal keer dezelfde handeling of dezelfde gedachte heeft herhaald, zal het in staat zijn om de gegevens goed op te slaan. Dit betekent dat een kind zijn vaardigheden ontwikkelt door veel te oefenen. Hoe werkt dit?

### **3.9 Vorming van neuronale netwerken**

Onze hersenen bestaan uit miljarden zenuwcellen of neuronen. De meeste neuronen zijn al voor de geboorte aangemaakt en zitten in groepjes bij elkaar. Bij de geboorte hebben de neuronen nog maar weinig verbinding met elkaar en een op zichzelf staand neuron kan niets. Om taken te kunnen uitvoeren, zullen neuronen met elkaar verbonden moeten worden. Pas wanneer het een verbinding heeft gelegd met een ander neuron is het in staat om een bepaalde actie te leveren. Door het leggen van verbindingen worden er neuronale netwerken gevormd en op deze manier ontwikkelen de hersenen zich.

Bij elke gedachte of handeling geeft een neuron een stofje af dat bij die actie hoort. Vervolgens zoekt dit stofje contact met een 'broertje of zusje' uit het netwerk. De eerste keer dat er verbinding gemaakt wordt tussen twee neuronen zal die verbinding nog niet stevig zijn. Het verankeren ervan kan alleen maar plaatsvinden door steeds weer opnieuw het contact tussen dezelfde twee neuronen te leggen, gebruikmakend van het verbindingspaadje dat inmiddels is aangelegd.

*De eerste keer dat je een pad probeert te maken in een drassig gebied loop je over een modderig pad. Daar loop je niet prettig overheen. Hoe vaker de verbinding gelegd wordt hoe steviger het paadje zal worden en hoe prettiger je dit pad bewandelt. (Betsy van de Grift, Kinderkoppie)*

Denk maar aan hoe een kind leert lopen, eten, schrijven, veters strikken: oefenen, oefenen en nog eens oefenen. Hoe vaker het kind deze handeling herhaalt, hoe beter de actie vastgelegd zal worden. De beweging moet inslijpen net zolang totdat die verankerd ligt in het neurale netwerk in de hersenen. Dan pas zal de taak goed uitgevoerd kunnen worden. Dit vereist van de volwassene veel geduld, begrip en het telkens weer uit willen leggen of vertellen hoe bepaalde handelingen gedaan moeten worden. Ook vraagt het van de volwassene consequent gedrag. Want een pad kan pas stevig verankeren wanneer je telkens weer op precies hetzelfde paadje loopt. Als de ene dag iets wel mag en de volgende dag mag datzelfde weer niet, zal het neuronale pad geen stevige verbinding aanleggen. Het kind weet niet wat er van hem verlangd wordt en zal de volgende keer weer hetzelfde uitspoken om te kijken wat er dan van gezegd wordt, met mogelijke frustraties bij beide partijen tot gevolg.

*De kennis van de werking van neuronale netwerken in het brein leert dat het handig is om ongewenst gedrag op tijd aan te pakken. Hoe eerder je een kind op het juiste 'neuronale' pad kunt zetten en dit pad ook steeds leert aanhouden, hoe eerder het gedrag omgedraaid kan worden in de gewenste richting. Ditzelfde speelt ook wanneer een kind bepaalde gebeurtenissen niet goed kan verwerken, zoals het verlies van een ouder of een scheiding. Wanneer men opmerkt dat een kind vastloopt, is het zaak om het kind zo snel mogelijk goed te begeleiden. Het neuronale netwerk bij kinderen is immers nog niet zo vastgeroest als bij volwassenen. Begeleiding en therapie kunnen daardoor relatief snel helpen om het voor het kind makkelijker te maken.*

---

### Vragen, vertellen, voordoen

*Sommige vaardigheden, bijvoorbeeld tandenpoetsen of veters strikken, zijn te ingewikkeld (zeker voor jonge kinderen) om in één keer te leren. In dat geval kun je de vaardigheid opdelen in kleinere stapjes. Dat doe je zo:*

- **Vraag** het kind wat de eerste stap is: 'Wat doe je als eerste bij tandenpoetsen?' **Vertel** het hem als hij het niet weet: 'Eerst pak je de tandenborstel en daar doe je wat tandpasta op. Kun je me dat laten zien?'
- **Doe het voor** als het kind niet weet hoe het moet. Laat het hem daarna zelf doen terwijl je hem helpt. Hou bijvoorbeeld zijn handen vast als hij in de tube knijpt.
- **Prijs** het kind als hij meewerkt. Geef hem ook een complimentje bij alles wat goed gaat.

*Herhaal deze onderdelen voor elke stap van de vaardigheid: bijvoorbeeld poetsen, mond spoelen en tandenborstel en tandpasta opbergen. Iedere keer dat het kind de vaardigheid oefent geef je hem minder hulp. Zo leert hij het vanzelf.*

Bron: [www.positiefopvoeden.nl](http://www.positiefopvoeden.nl)

### 3.10 Gevoelige periodes van het brein

Het brein kent gevoelige periodes. Dit zijn periodes waarin bepaalde onderdelen in het brein er klaar voor zijn om de volgende vaardigheid te leren.

Een pasgeboren baby kan alleen nog maar gebruikmaken van zijn zintuigen om de wereld te ervaren. Een baby snuffelt en tuurt om op deze manier zijn omgeving te verkennen. Na een paar weken ontdekt hij zijn handen en voeten en leert hij rollen en weer later leert hij kruipen. Ook ontdekt een baby dat er geluiden uit zijn mond kunnen komen en zo ontwikkelt hij zijn spraak. In de peutertijd zal het kind leren lopen, springen, fietsen, gesprekken voeren, enzovoort. Om vaardigheden te kunnen ontwikkelen moet een kind deze wel aangeboden krijgen. Dat is de rol van de volwassenen.

*Betsy van de Grift, auteur, gaf tijdens een lezing over breinontwikkeling bij jonge kinderen het volgende voorbeeld. Kinderen in Roemeense kindertehuizen stonden in hun bedjes of lagen vastgesnoerd. Op het moment dat men deze kinderen voor het eerst zag werd gedacht dat ze allemaal gehandicapt waren. Later bleek dat ze allerlei basisvaardigheden nooit aangeboden hadden gekregen en dus nooit geleerd hadden. De neuronen die bij deze vaardigheden horen, hadden geen verbinding kunnen leggen. In de tehuizen werd geen ruimte of tijd gemaakt voor deze kinderen om dit te trainen.*

Het heeft geen zin om vaardigheden aangeleerd te krijgen wanneer het brein er nog niet klaar voor is. Toch worden er soms prestaties van kinderen verwacht die ze nog niet kunnen waarmaken. Dat kan niet alleen thuis gebeuren wanneer ouders of andere familieleden te hoge eisen stellen, ook op scholen. Kinderen worden op de basisschool regelmatig getest op hun cognitieve vaardigheden, waarbij gebruikgemaakt wordt van een leerlingvolgsysteem. Op veel scholen neemt men elk halfjaar Cito-toetsen af. Dit gebeurt al vanaf groep 1.

Sommige kinderen uit deze groep zijn al aan dit soort testen toe en zullen er geen moeite mee hebben. Andere kinderen presteren echter ondermaats met het gevolg dat de school hier direct actie op onderneemt. Men gaat er dan van uit dat een kind niet aan de norm voldoet en extra zorg nodig heeft. Wanneer je echter naar de normale ontwikkeling van een kleuter kijkt, zie je dat er nog helemaal niets aan de hand is wanneer een kind bepaalde cognitieve vaardigheden nog niet bezit. Het analytisch brein ontwikkelt zich meestal pas vanaf het vijfde of zesde levensjaar. Jonge kinderen hoeven deze stof nog helemaal niet te beheersen. Vaak zie je dan ook dat de kinderen die in groep 1 nog zorgelijk presteerden na een jaar (of later) gewoon of soms zelfs bovengemiddeld mee kunnen komen.

---

Het afnemen van Cito-toetsen in de jongste basisschoolgroepen staat gelukkig weer ter discussie. Men komt ook in het onderwijs steeds meer tot de ontdekking dat toetsresultaten bij deze leeftijdsgroep nog helemaal geen voorspelende waarde hebben voor de leerprestaties van een kind. Misschien breken deze toetsen zelfs meer af bij een kind dan dat ze meehelpen aan het opbouwen van een stevige basis. Want wanneer kinderen de toets slecht gemaakt hebben betekent dit dat de stof steeds herhaald moet worden, net zolang tot het kind deze beheerst. Dit kan, wanneer dit proces niet op de juiste manier ondersteund wordt vanuit thuis of school, een gevoel van falen opleveren en het zelfvertrouwen van een kind ondermijnen. Kinderen kunnen door het afnemen van Cito-toetsen al op heel jonge leeftijd stress ervaren.

---

### **3.11 Motivatie**

Bij kinderen merk je vaak vanzelf wanneer er weer sprake is van een gevoelige periode in het brein. Vaak zijn het de momenten dat het kind spontaan naar je toe komt voor hulp of een antwoord op een vraag. Of het is het moment dat een baby continu bezig is om een nieuwe lichamelijke vaardigheid aan te leren zoals het omrollen of zich optrekken aan de handen van een volwassene om te leren staan. Hij geeft niet op en oefent eindeloos door. Een kind pikt dingen het snelst op wanneer het er op dat moment ook zin in heeft. Dan is het gemotiveerd om iets te leren.



### 3.12 Linker- en rechterhersenhelft

Onze hersenen zijn verdeeld in een linker- en een rechterhersenhelft. Deze werken met elkaar samen. Ook heeft elke helft zijn eigen kwaliteiten en is verantwoordelijk voor specifieke vaardigheden en functies.

Vaak wordt gebruikgemaakt van een grove indeling om uit te leggen wat de functies van deze helften zijn. De rechterhersenhelft noemt men wel het vrouwelijke, zintuiglijke, voelende, creatieve brein. Alles wat je meemaakt wordt aan deze kant van het brein verwerkt in beelden en ook verdere zintuiglijke informatie komt hier binnen. Deze helft is vooral aan het werk wanneer je muziek maakt, zingt, tekent, droomt. Ook zaken als beschermen, verzorgen en met gevoel dingen benaderen worden aan dit deel van het brein toegeschreven. De linkerhersenhelft noemt men wel het mannelijke deel en wordt in werking gezet wanneer je analytisch denkt, schrijft of methodisch handelt. Zaken als leiding geven, grenzen stellen en wilskracht horen hierbij.

Linkerhersenhelft	Rechterhersenhelft
- Mannelijk deel	- Vrouwelijk deel
- Logica	- Intuïtie
- Detail	- Breed
- Feiten	- Beelden
- Methodisch	- Creatief
- Leiding geven	- Beschermen
- Grenzen stellen	- Verzorgen

Het is bekend dat het jonge kind meer gebruikmaakt van zijn rechterhersenhelft dan van zijn linkerhersenhelft om de wereld te ontdekken en te ervaren. Het kind maakt volop gebruik van zijn zintuigen en leeft volledig in het nu. Gevolgen van handelingen kan het kind nog niet overzien en het bedenken van oorzaak en gevolg zal hem ook nog niet bezighouden. Zijn brein is daar nog helemaal niet toe in staat.

Vanaf de leeftijd van zes jaar gaat het kind kennis, taal en vaardigheden ontwikkelen en integreren. Integreren betekent dat je alles wat je ervaren hebt kunt begrijpen en van daaruit kunt samenbundelen tot een geheel. Dit vindt plaats doordat de linker- en de rechterhersenhelft beter met elkaar gaan samenwer-

ken. Dit betekent dat kinderen (hoe ouder ze worden) situaties en gebeurtenissen steeds beter overzien. Ook gaan ze steeds beter begrijpen dat je emoties in je lichaam kunt voelen of dat je emotioneel kunt worden tijdens het denken aan, het horen van of het kijken naar een bepaalde gebeurtenis of een bepaalde situatie.

Om goed te kunnen functioneren is het van belang dat de linker- en de rechterhersen helft met elkaar samenwerken en in balans zijn. Pas dan kan informatie goed verwerkt en opgeslagen worden. Ook zijn situaties dan goed te overzien, met behoud van veiligheid en eigen persoonlijke grenzen. Hier volgen een paar voorbeelden om aan te geven hoe dat werkt.

- Roy (7 jaar) is lekker buiten aan het spelen op de stoep en plotseling ziet hij zijn vriendje aan de overkant van de weg lopen. Hij is zo blij dat hij hem ziet en zijn eerste impulsieve gedachte is: ik wil naar hem toe rennen (rechterhersen helft). Plotsklaps bedenkt Roy dat hij dan wel een drukke weg moet oversteken en vervolgens kijkt hij eerst of er verkeer aankomt. Door deze (figuurlijke) tussenkomst van de linkerhersen helft behoedt Roy zichzelf voor gevaar.
- Een vriendinnetje vraagt aan Lotte (8 jaar) of zij met haar wil spelen. Eigenlijk heeft Lotte niet zoveel zin omdat ze liever gewoon even alleen wil zijn. Bij Lotte kan er dan een interne dialoog optreden. De rechterhersen helft, het zorgzame, invoelende deel zegt: het is zo'n lieve vriendin; misschien is ze wel verdrietig als ik *nee* zeg of misschien vindt ze mij dan niet meer aardig. De linkerhersen helft laat Lotte kiezen voor zichzelf en duidelijk haar grenzen stellen. Wanneer beide helften goed samenwerken kan Lotte helder verwoorden aan haar vriendin dat zij haar wel heel lief en aardig vindt. Dat ze een andere keer weer met haar wil spelen, maar dat ze nu liever iets voor zichzelf gaat doen. Lotte stelt haar grens, heeft aandacht voor haar eigen behoeften en kan ook verwoorden waarom ze tot deze keus komt met respect voor haar vriendin.

*Wanneer je zo naar de hersenhelft functies kijkt, begrijp je ook waar de uitdrukking 'eerst denken dan pas doen' vandaan komt. We kennen allemaal wel kinderen die wat ze met hun ogen zien met hun handen breken. Zij staan volledig in de zintuigenstand (rechterhersen helft) en vergeten daarbij dat iets ook nog stuk kan gaan of dat anderen het niet op prijs stellen wanneer je met je handen ergens aan zit.*

*Inge's moeder waarschuwt herhaaldelijk: 'Pas op Inge, deze verwarmingsplaat is heel warm. Het kan pijn doen wanneer je er tegenaan komt.' Als Inge's moeder even niet kijkt raakt Inge heel even de plaat aan...*

Wanneer er samenwerking tussen de hersenhelften ontstaat, zijn de vaardigheden denken, voelen en doen een eenheid aan het worden. Deze ontwikkeling vindt plaats vanaf het zesde levensjaar en is voltooid rond het 21<sup>e</sup> levensjaar.

### **3.13 Leren door te ervaren**

(Jonge) kinderen ervaren de wereld aan de hand van hun zintuigen:

- Door voorwerpen te zien en goed te bekijken ervaart een kind vorm en beeld.
- Door aan voorwerpen, bloemen, dieren en voedsel te ruiken ervaart een kind geur en geeft het hieraan een betekenis.
- Door voedsel te proeven ontwikkelt een kind smaak en leert het de structuur te ontdekken van verschillende soorten voedsel.
- Door te betasten hoe iets of iemand voelt ervaart het kind vorm en structuur.
- Door het horen van geluiden en het luisteren naar intonaties van stemmen leert een kind klanken herkennen en de bedoeling achter bepaalde intonaties.

Kinderen leren vooral door te doen en te ervaren! Ze leren met de zintuigen en dat zorgt voor stevig opgeslagen leerervaringen. De informatie die het kind opneemt via zijn zintuigen zal op verschillende opslagplaatsen in het geheugen terug te vinden zijn. Zintuiglijke ervaringen worden namelijk op meerdere plekken in het brein vastgelegd.

*Ons brein bestaat uit allerlei kamers waarin kasten staan. Elke kamer hoort bij een bepaalde gedachte, een bepaalde handeling, een bepaald gevoel, een bepaalde ervaring of iets dat je geleerd hebt. Wanneer een kind een bloem in zijn handen krijgt, zal het ontdekken dat die bloem kleurtjes heeft. De bloem wordt vervolgens in het kastje gestopt waarin de kleuren opgeslagen zitten. Ook ontdekt het kind dat de blaadjes van een bloem een bepaald gevoel geven (stekelig of zacht). De bloem wordt tevens opgeslagen in de kast met tastzin. Ook ontdekt het kind dat de bloem een bepaalde geur heeft en vervolgens slaat het kind dit gegeven op in de kast met geuren. Informatie over een bloem is dus op verschillende plaatsen in het brein terug te vinden.*

### 3.14 Manier van leren

Alles wat een kind meemaakt zal mede met behulp van zijn zintuigen opgeslagen worden in het brein. Wanneer een kind opnieuw met iets in aanraking komt zal het de opgeslagen informatie ophalen in zijn brein. Dit gaat niet voor ieder kind op dezelfde manier. Ieder kind leert en ervaart op zijn eigen manier en heeft een voorkeurszintuig waarmee het informatie opneemt en verwerkt. Dit betekent dat het met name dit voorkeurszintuig gebruikt om te leren. De andere zintuigen worden daarbij wel gebruikt, maar minder intensief dan het zintuig dat de voorkeur heeft.

Baby's en jonge kinderen hebben nog geen voorkeurszintuig waarmee ze de wereld om hen heen verkennen. Een baby beleeft, voelt, tuurt, hoort, ziet, ruikt en doet. Hij snuffelt om te ruiken wie zijn moeder is. Wanneer hij borstvoeding krijgt, proeft hij dat de smaak van de melk bij zijn moeder hoort. Hij tuurt en maakt gebruik van de tast en van zijn gehoor om de wereld te ontdekken. Een jong kind maakt nog het meest gebruik van de rechterhersenhelft. Het ontdekt en ervaart de wereld aan de hand van de zintuigen.

Wanneer een kind gaat praten, begint taal een belangrijke rol te spelen en vanaf de leeftijd van vier of vijf jaar gaat de linkerhersenhelft zich meer ontwikkelen. Kinderen gaan vanaf deze leeftijd dingen meer overdenken en ze zullen oorzaak en gevolg van handelen steeds beter gaan inzien. Vaak wordt in deze fase duidelijk voor welke manier van leren een kind de voorkeur heeft.

De verschillende manieren van kinderen om de wereld te ontdekken en te ervaren zijn onderzocht en in 1985 uitgebreid beschreven door Richard Wayne Bandler en John Thomas Grinder. Zij hebben aan de voorkeursmanieren leerstrategieën gekoppeld.

Deze strategieën worden veel gebruikt bij neurolinguïstisch programmeren (NLP): een methodiek voor training, coaching en communicatieverbetering.

### 3.15 De leerstrategieën

**De visuele strategie** (het zien): kinderen die bij voorkeur gebruikmaken van deze strategie zullen binnenkomende informatie opslaan in plaatjes en beelden. Wanneer zij een opdracht krijgen of bijvoorbeeld een verhaal horen, vertellen zij deze informatie als een filmpje in hun hoofd. Ook zullen zij informatie

beter kunnen opslaan wanneer zij die aangereikt krijgen via een foto, film of tekening. Mondelinge aanwijzingen vinden zij vaak moeilijker te onthouden. Deze kinderen worden ook wel beelddenkers genoemd.

**De auditieve strategie** (het horen): kinderen die bij voorkeur gebruikmaken van deze strategie slaan informatie het best op wanneer ze kunnen luisteren naar gesproken informatie. Ze leren het best door te luisteren naar gesproken taal en het krijgen van mondelinge feedback.

**De kinesthetische strategie** (het ervaren): kinderen die bij voorkeur gebruikmaken van deze strategie slaan informatie het best op wanneer ze de dingen kunnen ervaren. Het zijn de doeners en de voelers en zij leren door het gevoel dat ze bij iets krijgen. Daarbij raken ze ook graag mensen, dieren of voorwerpen aan of beelden dat wat ze meegemaakt hebben met hun hele lijf uit.

**De auditief-digitale strategie** (het denken): kinderen die gebruikmaken van deze strategie moeten dingen eerst begrijpen en voor zichzelf bewezen zien voor ze deze op kunnen slaan. Auditief-digitaal ingestelde kinderen willen eerst zien en dan pas geloven. Dingen moeten logisch zijn en pas wanneer ze het feit grondig hebben geanalyseerd en overtuigd zijn, komen deze kinderen in actie.

Ook zijn er de leerstrategieën waarbij kinderen gebruikmaken van de geur en de smaak om de wereld te ontdekken en te ervaren. In het onderwijs of tijdens trainings- of coachingstrajecten wordt meestal alleen gewerkt met bovengenoemde leerstrategieën.

Elk kind gebruikt elementen van verschillende leerstrategieën. De meeste kinderen hebben echter wel een duidelijke voorkeur. Deze is afhankelijk van aanleg en erfelijkheid en ook van wat de omgeving het kind aanbiedt. Want leren met je zintuigen is te trainen; voorkeursstrategieën liggen dus niet per definitie vast.

---

Als ouder, leerkracht of zorgverlener is het handig wanneer je weet op welke manier een kind informatie het best onthoudt en verwerkt. Dan kun je hem aanspreken op zijn manier van ervaren waardoor het zich begrepen voelt. Bijvoorbeeld bij het uitkiezen welke kleding het kind die dag zal aantrekken: wanneer je als ouder een voorkeur hebt om de wereld visueel te ervaren zul je kleding uitkiezen omdat het er mooi uitziet. (Wat zie je er mooi uit!) Wanneer het kind echter een kinesthetische voorkeur heeft zal kleding voor hem in de eerste plaats prettig moeten voelen. (Het zit niet lekker!) Als je dit als ouder

niet begrijpt kan er flink wat discussie ontstaan. Een ander voorbeeld: een leerkracht die auditief is ingesteld zal de lesstof veelal bespreken en opdrachten voorlezen. (Horen jullie wat ik zeg?) Terwijl een kind dat visueel is ingesteld, plaatjes nodig heeft om voor zich te kunnen zien en daardoor te begrijpen wat de leerkracht bedoelt. (Ik zie niet wat u bedoelt.)

De meest ideale manier van lesgeven is door lesstof op verschillende manieren aan te bieden: het laten zien, het laten horen en door kinderen het te laten doen en zelf te laten ervaren. Dan bereik je het grootste gedeelte van de groep en zullen de meeste kinderen begrijpen wat je bedoelt.

*Ook de moeder van Jens heeft ervaren hoe duidelijk een kind een voorkeursstrategie kan hebben. Zij belde mij op met de vraag of ik tijd had om Jens (vijf jaar) in mijn praktijk te zien: 'Het lijkt wel of Jens bananen in zijn oren heeft. Wat ik ook zeg, wat ik ook vraag... hij luistert gewoon niet. We zijn al bij de KNO-arts geweest maar daar komt niets uit. Er is niets mis met zijn gehoor.'*

*Jens, een donker getint mannetje met bruin, halflang kroeshaar en intens bruine ogen, geeft mij bij binnenkomst gelijk een high five. 'Jens,' zegt hij stoer. Op mijn vraag of hij weet waarom hij bij mij komt spelen zegt hij: 'Mama vindt dat ik niet luister.' Dan vraag ik of hij het daarmee eens is. Hij haalt zijn schouders op: 'Ik snap haar gewoon niet...'*

*Tijdens het gesprek wordt duidelijk dat de moeder van Jens veel gesproken informatie tegelijk aanbiedt. Bijvoorbeeld: 'Jens, ik wil dat je je jas gaat pakken en je schoenen en als je toch in de gang bent pak dan ook je tas en doe gelijk even een plas.' Jens zegt dat hij vaak niet weet waarmee hij moet beginnen. In zijn hoofd probeert hij eerst alles een beeld te geven. Hij wil eerst overzien wat de handigste volgorde is en maakt daarvan een filmpje in zijn hoofd. 'Wat is handig? Doe ik eerst mijn jas aan en dan mijn schoenen? Of ga ik eerst plassen en trek ik dan mijn schoenen aan?' Deze filmpjes moeten eerst afgespeeld worden om daarna te bepalen welke volgorde hem het handigst lijkt.*

*De moeder van Jens was zich er tot dan toe niet van bewust dat iedereen zijn eigen manier heeft van informatie opslaan en verwerken. Jens vindt het niet alleen lastig om gesproken informatie te verwerken. Zijn moeder doet voor hem ook alles in een veel te hoog tempo. Jens heeft vervolgens een tekening ge-*

*maakt met de dingen die moeten gebeuren als hij naar school gaat. Hij heeft zijn eigen volgorde bedacht en zijn moeder vertelt hem nu ruim op tijd wanneer ze weg moeten. Op deze manier heeft hij genoeg tijd om alle dingen in zijn eigen tempo te doen.*

### **3.16 Uitdagen**

Kinderen leren met hun zintuigen en de grootste leermomenten vinden dus plaats wanneer zij de dingen ook daadwerkelijk kunnen doen en zelf ervaren. Ouders hebben grote invloed op de ontwikkeling van hun kind. Vaak zijn zij de belangrijke steunpilaren en op veel gebieden zijn zij het belangrijkste referentiekader voor het kind. Maar niet alleen de ouders zijn belangrijk. Ook de omgeving van het kind bepaalt mee hoe een kind zich ontwikkelt. Ouders, opvoeders en leerkrachten moeten het kind, wanneer het hieraan toe is, de dingen aanreiken om deze te laten ervaren en het kind uitdagen om hiermee op ontdekkingsstocht te gaan.

Een kind leert het meest optimaal wanneer het wordt uitgedaagd. Dan krijgt het de kans om al zijn vaardigheden te ontwikkelen en te ontdekken waar zijn kwaliteiten en talenten liggen. Ook traint een kind op deze manier zijn zelfreguleringsvermogen. Elke prikkel, alle informatie die een kind te verwerken krijgt zal een reactie tot gevolg hebben. Door alles wat er op zijn pad komt zal het uit balans raken. Dit is een gezonde reactie. Zo traint een kind zijn flexibiliteit. Wanneer een kind de kans krijgt om zelf te bedenken wat het wil doen en hoe het dat moet aanpakken, groeit zijn zelfvertrouwen. En daar is hulp van een volwassene bij nodig. Hierover later meer bij de uitleg van de bouwstenen.

### **3.17 Niet kunnen loslaten**

Soms loopt een volwassene tegen zijn eigen beperkingen, angsten of overtuigingen aan. Dan valt het voor hem niet mee om het een kind allemaal zelf te laten doen. Daar zijn verschillende redenen voor. Soms is er geen tijd, geen zin in rommel of gaat het gewoon gemakkelijker wanneer de volwassene de handeling voor het kind doet. Dan speelt ongeduld een grote rol en niet het willen aanleren van vaardigheden of zelfredzaamheid. Soms wil een volwassene een kind behoeden voor frustratie of een mislukking. Of de volwassene is overbezorgd dat het kind iets overkomt of bang dat het kind hem niet meer aardig vindt. Door de eigen ideeën of persoonlijke situatie wordt dan de ontwikkeling van een kind (onbewust) belemmerd. Een aantal voorbeelden:

- *Hoe kun je als kind leren dat het zeer doet om uit een boom te vallen en dat het zeer doet als je met je blote arm tegen een tak komt als er geen bomen bij jou in de buurt staan waar je in mag klimmen? Of wanneer je van je ouders niet in een boom mag klimmen uit angst dat je je bezeert?*
- *Hoe kun je als kind leren tekenen, kleien, zingen, plakken of met zand spelen als hier geen ruimte voor is, geen tijd voor is of geen 'zin' voor gemaakt wordt?*
- *Hoe kun je leren dat modder vies is als je er niet in mag stampen omdat je kleren dan vies worden?*
- *Hoe kun je als kind in goede volzinnen leren spreken als er niet op een uitdagende manier met je gecommuniceerd wordt?*
- *Hoe kun je leren 'nee' te accepteren als je nooit een 'nee' te horen krijgt?*

Klimmen en klauteren kun je als kind alleen maar leren wanneer je dit ook daadwerkelijk gaat doen. Soms vindt een volwassene het moeilijk om het kind los te laten omdat hij bezorgd is dat het kind zich bezeert. Dan worden deze acties soms vermeden of verboden. Echter: de ongelukken op een kinderspeelplaats gaan meestal niet veel verder dan een schaafwond en een pleister. Uiteraard zijn er uitzonderingen, maar in de statistieken zijn deze te verwaarlozen.

Vormen en kleuren ontdekt en ervaart een kind het best wanneer het deze niet alleen ziet maar ook zelf tot leven kan brengen door middel van kleien, plakken en tekenen of door het spelen met zand of modder. Sommige kinderen houden er zelf niet van om vies te worden. Vaker krijgt een kind te horen dat het niet vies mag worden terwijl het juist heel veel zin heeft om lekker te kliederen. Wanneer je het niet prettig vindt dat een kind vies wordt kun je het ook aparte knutselkleding of buitenspeelkleding laten aantrekken. Dan kan een kind gewoon zijn gang gaan zonder oplettende 'wordt dit kind niet vies'-ogen van een volwassene in zijn rug.

Een gesprek voeren leer je alleen maar als er ook mensen om je heen zijn met wie je dit gesprek kunt aangaan, maar dan moeten die mensen wel tijd voor je hebben. Onderzoekers hebben aangetoond dat wanneer je in gewone volzinnen tegen een kind spreekt, er veel meer neuronale verbindingen aan het werk gezet worden. En het leren dat je soms geluk hebt en soms pech kun je ook alleen maar als je af en toe 'nee' te horen krijgt. Door het steeds opnieuw uitleggen van een regel en het consequent hanteren van dezelfde regel worden de verbindingen van de normen-en-waardenpaadjes stevig gelegd.



*Betekent dit dan dat het niet goed komt met een kind wanneer je met het bovenstaande anders omgaat? Nee, dat is niet waar. Maar je helpt een kind op deze manier wel om alles eruit te halen wat erin zit. Een kind wordt zo uitgedaagd om zijn hele potentieel te benutten en je geeft het kind een goede basis mee.*

### **3.18 De werking van de bouwstenen**

Er zijn veel factoren van invloed op de ontwikkeling van een kind. En omdat elk kind uniek is zal de invloed van deze factoren voor ieder kind weer anders zijn. Door te kijken en te luisteren naar wat bij een kind past én naar wat een kind terugkoppelt aan zijn omgeving kunnen de bouwstenen zo optimaal mogelijk worden aangeboden.