

Begeleiding van vo-leerlingen met DyslexieSleutels

De diagnose dyslexie vertelt leerlingen weinig over wie ze zijn en wat dyslexie voor hen betekent. Dyslexie is uniek voor ieder individu, maar we praten er vaak over alsof iedereen met dyslexie dezelfde problemen ervaart en hetzelfde nodig heeft. *DyslexieSleutels* is een lesprogramma waardoor jongeren met dyslexie zichzelf beter leren kennen en ze leren wat helpende en niet-helpende strategieën zijn.

Tekst: Marzenka Rolak, Dyslexie Centrum Rotterdam

Leerlingen met dyslexie komen in het voortgezet onderwijs voor nieuwe uitdagingen te staan: steeds langere teksten lezen, informatie onthouden, deze schriftelijk reproduceren op toetsen en het leren van nieuwe talen. Het lukt niet alle leerlingen om deze uitdagingen zelfstandig de baas te worden. Met name in de brugklas lopen deze leerlingen het risico om passieve copingsstijlen te ontwikkelen. Ze gaan problemen negeren in plaats van ermee om te gaan. Hoewel adaptieve coping een belangrijke sleutel voor succes blijkt te zijn, is er weinig aandacht voor. Met dyslexie is een succesvolle schoolloopbaan zeker mogelijk. Vooral als leerlingen weten waar hun kracht ligt. Met het lesprogramma *DyslexieSleutels*

leren jongeren hoe ze het beste kunnen leren. Hoewel het lesprogramma is ontwikkeld voor het werken met groepen van zes tot tien leerlingen binnen de schoolcontext, is het ook individueel te gebruiken buiten de school. Wat is de achtergrond van *DyslexieSleutels* en de inhoud van de lessen? Wat zijn de voor- en nadelen van het programma en hoe kun jij er als remedial teacher mee aan de slag?

DE ACHTERGROND

De volgorde van de lessen is gebaseerd op het herkaderingsmodel (Gerber, 1996; Reiff, 2004; Tanner, 2010). Herkaderen is een dynamisch en cyclisch proces waarbij leerlingen hun

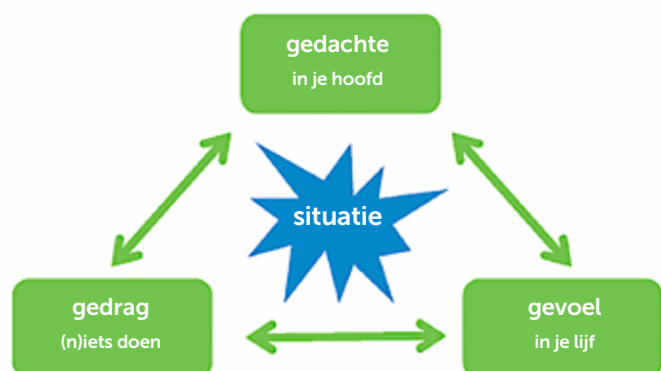


Erkenning en herkenning	Erkenning door de omgeving en de leerling zelf. Het is belangrijk dat de beperkingen die een leerling als gevolg van dyslexie ondervindt, door ouders en docenten serieus worden genomen. Herkenning van zichzelf in anderen, herkenning van zichzelf in verschillende perspectieven over dyslexie.
Begrip	Voor een leerling met dyslexie is het belangrijk om te begrijpen waar bepaalde uitdagingen die hij of zij tegenkomt in het onderwijs vandaan komen en hoe deze wel of niet samenhangen met dyslexie. Begrip maakt dat leerlingen problemen kunnen zien als uitdagingen en deze beter kunnen accepteren. In deze fase integreren ze alle 'losse' sterke en zwakke kanten, veranderen ze hun percepties en ervaren ze begrip en steun van elkaar.
Acceptatie	Erkenning en begrip zijn belangrijk om tot acceptatie te komen. Acceptatie van zichzelf en de daarbij behorende sterke én zwakke kanten, acceptatie van de noodzaak om alternatieve strategieën of compenserende hulpmiddelen te gebruiken. Pas als er een proces van acceptatie heeft plaatsgevonden, kunnen leerlingen openstaan voor verandering en kan er actie ondernomen worden. Succesvolle rolmodellen met dyslexie die desondanks nog dagelijks uitdagingen ondervinden, kunnen bijdragen aan dit proces.
Actie	Realistische doelen en een plan van aanpak afgestemd op de eigen sterke en zwakke kanten. Niet de ernst van de dyslexie maar de manier waarop leerlingen ermee omgaan, bepaalt het succes van de leerling.

Tabel 1: Stadia van het herkaderingsproces.

percepties veranderen. Er vindt een verschuiving plaats van een externe naar een interne 'locus of control' en van negatieve naar positieve attributies (Reif, 2004). Het herkaderingsproces bestaat uit een aantal stadia: erkenning en herkenning, begrip, acceptatie en het kunnen omzetten van de kennis die is opgedaan in acties. De stadia lopen in elkaar over en worden soms meerdere malen doorlopen (Reiff, 2004). Gedurende dit proces verschuift de kennis van de leerlingen van algemeen en theoretisch naar een meer persoonlijk niveau van zelfkennis (Reiff, 2004). Er zijn aanwijzingen dat een positieve herkadering van dyslexie zorgt voor een afname van het gebruik van niet-helpende copingstrategieën, zoals het ontkennen van het probleem of het opgeven bij moeilijkheden (Firth, 2010), en het zorgt voor het gevoel zelf een positieve invloed te hebben op het leven (Tanner, 2010).

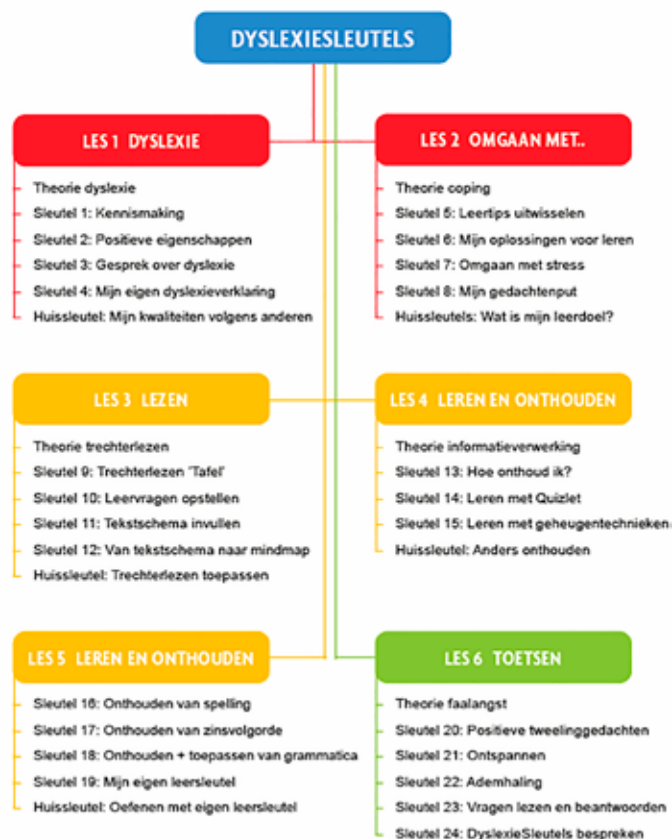
Een ander model dat in een aantal lessen gebruikt wordt, is het vereenvoudigde cognitieve model om de relatie tussen gedachten, gevoelens en gedrag te verduidelijken (figuur 1) (Creed, Beck, Reissweber, 2012). De opdrachten in de lessen zijn geïnspireerd op de *Leerroutes dyslexie* voor studenten met dyslexie in het hoger onderwijs (Hofmeester, 2014), op het programma *Succes and dyslexia* voor leerlingen met dyslexie in de bovenbouw van het basisonderwijs (Firth e.a., 2013) en op individuele behandelingen van jongeren met dyslexie in de eigen praktijk.



Figuur 1: Cognitief model uit DyslexieSleutels (Rolak, 2020).

INHOUD

Les 1 en 2 (zie figuur 2) staan in het teken van de eerste drie stadia van het herkaderingsproces (erkenning, begrip en acceptatie); de psycho-educatie. Leerlingen vinden de eerste twee lessen doorgaans zeer verhelderend. Gedurende de psycho-educatie werken de leerlingen aan hun eigen dyslexieverklaring. Deze dyslexieverklaring kunnen ze delen met school zodat faciliteiten en eventuele begeleiding hierop afgestemd kunnen worden. In het leerlingenwerkboek is een format opgenomen waarbij de leerlingen antwoorden kunnen aanvinken en er is een leeg format waarop ze zelf de antwoorden kunnen invullen. De meeste leerlingen kiezen



Figuur 2: Visueel overzicht lessen uit DyslexieSleutels (Rolak, 2020).

Ik heb moeite met / last van:

- spellen van woorden
- woordjes leren/onthouden voor Engels, Frans of Duits
- grammatica onthouden/toepassen
- schrijfoefeningen (bijvoorbeeld werkstukken)
- gedachten op papier krijgen
- over eigen schrijfbouten heen lezen
- netjes schrijven
- aantekeningen maken tijdens de les
- snel lezen
- lenno strakken toeket lezen

Hoe ik daar zelf mee om ga, is:

- goed opletten in de les
- huiswerk maken
- ruim op tijd beginnen / langer leren
- moeilijke dingen eerst doen
- leuke of makkelijke dingen eerst doen
- een overhoorprogramma/fashcards gebruiken
- een voorleesprogramma gebruiken
- stof opdelen in kleine stukjes
- vaak herhalen
- onthouden/houdbanden bij hoorlessen

Hoe anderen mij kunnen helpen, is:

- overboren
- voorlezen
- antwoorden voor me opschrijven
- samen met vrienden/klasgenoten leren
- huiswerkbegeleiding
- begrip tonen
- belangrijke informatie op het bord schrijven
- tijd geven om informatie over te nemen van het bord
- aangeven wat belangrijke dingen zijn om op te schrijven
- de tijd nemen om iets nog een keer uit te leggen
- geduld hebben
- digitale schoolboeken die

Ik ben goed in / mijn sterke kanten zijn:

- ik ben sportief, vrolijk en energiek

Ik vind het leuk om:

- ik vind het leuk om sporten

Leuke vakken op school zijn:

- geschiedenis en de theatervakken

ik ben er trots op dat ik

	GEBRUIK IK NIET	GEBRUIK IK EEN BEETJE	DOE IK SOMS	DOE IK VAAK	WIL IK (NAKER) GAAN DOEN
Het probleem oplossen		X			
Hard werken / extra tijd ergens aan besteden				X	
Het probleem delen met ouders/vrienden	X				X
	GEBRUIK IK NIET	GEBRUIK IK EEN BEETJE	DOE IK SOMS	DOE IK VAAK	WIL IK NIET MEER DOEN
Me zorgen maken / piekeren				X	X
Het probleem voor mezelf houden				X	X
Het probleem vermijden			X		

Figuur 3: De eigen dyslexieverklaring (deel van het invulformat) uit DyslexieSleutels (Rolak, 2020).

Figuur 4: Deel van het copingsprofiel uit DyslexieSleutels (Rolak, 2020).

voor het aanvinkformat (zie figuur 3). Leerlingen leren dat er helpende en niet-helpende manieren zijn om met stress en lastige taken om te gaan. Voorbeelden van niet-helpende manieren zijn: je zorgen maken, vermijden en uitstellen. Voorbeelden van helpende strategieën zijn: extra tijd ergens aan besteden, om hulp vragen en positief denken. De leerlingen vullen een lijst in over hoe ze nu leren en welke helpende en niet-helpende strategieën ze gebruiken (copingprofiel figuur 4). Ze geven ook aan welke helpende strategieën ze vaker zouden willen gebruiken en welke niet-helpende strategieën ze niet meer willen gebruiken. Dit wordt met elkaar besproken en op een speelse manier met ballonnen in de les verwerkt.

LEERSLEUTELS

Les 3, 4 en 5 staan in het teken van leerstrategieën. Leerlingen stellen een leerdoel op, proberen verschillende technieken uit en kiezen vervolgens wat bij hen past. Dit is het vierde stadium volgens Gerber (1996) om succesvol te kunnen zijn met dyslexie. Voor het opstellen van het leerdoel en het plan van aanpak wordt onder andere de eerder opgestelde dyslexieverklaring en het ingevulde copingsprofiel gebruikt. Leerlingen omschrijven de volgende drie dingen: *Ik zou graag... Wat zou kunnen helpen om mijn leerdoel te bereiken, is... Wat niet helpt om mijn leerdoel te bereiken, is...* In les 3 leren leerlingen met behulp van het 'trechterlezen' een andere manier van studeren lezen, waarbij het vooraf stellen van vragen over de leerstof aan de hand van titels of leerdoelen een belangrijk onderdeel is. In les 4 leren ze volgens een stappenplan werken met het overhoorprogramma Quizlet. Ze proberen diverse geheugentechnieken uit en leren deze toe te passen bij het onthouden van woordbetekenissen. Bij een van deze geheugentechnieken, de visuele route, oefenen leerlingen met het onthouden van woorden door er een logische route in huis van te maken. Les 5 staat in het teken van het onthouden van de spelling van woorden, van zinnen en grammatica bij de

moderne vreemde talen. Wat leerlingen wel en niet helpt om hun leerdoel te behalen, wordt in de loop van de lessen 3, 4 en 5 steeds duidelijker. Daarmee ontwikkelen de leerlingen gaandeweg hun eigen leersleutel. Leerlingen ontvangen ook een fysieke sleutel met sleutellabels. Na iedere les schrijven ze op het sleutellabel wat voor hen het belangrijkste is dat ze meenemen uit die specifieke les. Het werken met de fysieke sleutel is motiverend voor de leerlingen.

TOETSEN ZONDER STRESS

Les 6 gaat over het maken van toetsen zonder stress. Leerlingen leren wat faalangst is, hoe het ontstaat en wat er in het lichaam en brein gebeurt. Ze leren om te gaan met toetsstress door 'positieve tweelinggedachten' te formuleren en het lichaam te ontspannen. De leerlingen leren in deze les ook hoe ze uitlegvragen kunnen lezen en beantwoorden. Belangrijk is om faalangst en leermotivatie niet los te zien van de leerproblemen of dyslexie en om ze ook niet los te behandelen. De kans op een volgende faalervaring moet worden weggenomen en dat zit vaak in een combinatie van passende leerstrategieën én passende toetsfaciliteiten op school. Als vervolgens het leren betere cijfers gaat opleveren, wordt het leren intrinsiek motiverend.

VOOR- EN NADELEN

DyslexieSleutels is kort en compact. Het voordeel daarvan is dat het zowel voor scholen als voor leerlingen gaat om een overzichtelijk aantal lessen, die over het algemeen goed in te plannen zijn in al bestaande roosters en planningen. Het nadeel van de korte duur van het programma is dat het weinig effect heeft als de strategieën niet buiten de lessen worden uitprobeernd en geoefend en als de school niet aan de andere kant zorgt voor passende toetsfaciliteiten. Leerlingen moeten in staat worden gesteld om successen op te kunnen doen. Inbedding in het dyslexiebeleid en afstemming met thuis

is daarom belangrijk. Aangezien het programma ook oefening buiten de lessen vraagt, is het belangrijk om in de gaten te houden of leerlingen niet al overbelast zijn.

HERKENNING

Een belangrijk voordeel van het programma is dat leerlingen met andere leerlingen over hun dyslexie kunnen praten en meer leren over de verschillende manieren waarop je naar dyslexie kan kijken. Daarnaast biedt het voor veel leerlingen herkenning, niet alleen bij elkaar maar ook door wat de begeleider over dyslexie vertelt en wat ze niet eerder met dyslexie associeerden. Denk aan problemen met rekentempo, maar wel goed kunnen zijn in wiskunde. Problemen met concentratie, maar niet bij dingen die je interesse hebben. Moeite hebben om op woorden te komen, maar creatief met taal zijn. De voorbeelden stellen de leerlingen in staat om meerdere kanten van zichzelf in één samenhangend verhaal te integreren. Als puzzelstukjes die op hun plek vallen.

'Ik heb nu meer duidelijkheid over mijn eigen dyslexie en wat je kunt doen om het minder moeilijk te maken. Ik haal nu betere cijfers. Ik vond het ook fijn om van anderen te horen dat ze er ook last van hebben en dat iedereen zijn eigen manier heeft'

ZELFVERTROUWEN

Vooral de vmbo-basis en -kaderleerlingen profiteren op sociaal-emotioneel gebied van de lessen. Zij geven, meer dan havo/vwo-leerlingen, aan dat ze meer zelfvertrouwen hebben gekregen door het volgen van de lessen. Ze zien zichzelf en hun dyslexie in een positiever licht. Door kennis en begrip van de eigen uitdagingen en sterke kanten, kunnen leerlingen beter aangeven welke voorzieningen ze nodig hebben en wat helpend voor hen is. Hoewel er eerst weerstand kan ontstaan bij het oefenen van taakgerichte strategieën, kan het voor leerlingen een eyeopener zijn als ze ervaren dat een aangepaste strategie bij een taak die ze het liefst vermijden kan helpen. Het gevoel van controle en adaptieve coping kan toenemen en de inzet van niet-helpende strategieën kan afnemen. Zo vertellen twee leerlingen: 'Door de ballen ben ik eerder gaan leren en minder gaan uitstellen' en 'Het verhaaltje van waar iets ligt, vind ik ook handig bij het leren voor andere toetsen.'

WAAR TE KOOP?

DyslexieSleutels wordt uitgegeven door SWP en bestaat uit een begeleidershandleiding, een leerlingenwerkboek en digitaal materiaal zoals PowerPoints bij de lessen. Het lesprogramma is onder andere te bestellen via SWP-Uitgeverij. De kosten voor de begeleidershandleiding zijn € 27,50 en voor het leerlingenwerkboek € 17,50. Het digitale materiaal is gratis toegankelijk met een code in de handleiding.



MOGELIJKHEDEN

De remedial teacher kan *DyslexieSleutels* op verschillende manieren inzetten. Hij of zij kan de lessen als externe dyslexie-professional verzorgen op een school voor het voortgezet onderwijs. De rt-er kan docenten begeleiden bij het geven van de lessen en er individueel of in groepjes binnen de praktijk mee aan de slag. Hoewel iedere les twee lessen duurt, kan de remedial teacher er ook voor kiezen om de les te halveren en 12 wekelijkse lessen te geven. Dat beslaat precies een behandelperiode. Voor een goede verankering van de leer- en denkttools die aan bod komen, kan een individueel traject ook naast een groepstraject bestaan. In het individuele traject bekijken rt-er en de leerling samen hoe de aangeleerde technieken toegespitst kunnen worden op de sterke kanten en interesses van de leerling en de vakinhoud. De lessen dienen als inspiratiebron en vertrekpunt voor de eigen creativiteit. De lessen zijn niet statisch en kunnen waar nodig aangepast worden aan de onderwijspraktijk van de leerlingen.

De literatuurlijst die bij dit artikel hoort, is terug te vinden op www.lbrt.nl



Marzenka Rolak is een orthopedagoog-generalist met een specialisatie op het gebied van dyslexie in het voortgezet en hoger onderwijs. Vanuit haar praktijk begeleidt ze scholen en instellingen bij hun dyslexiebeleid, geeft ze cursussen en verzorgt ze lessen voor jongeren met dyslexie.