



tips voor  
thuis  
nr. 30

## Titel: Concentratieproblemen

Pagina('s): pagina 82-85

Inhoud: een uitgebreide krant over werkhoudingsproblemen en concentratieproblemen

www.pravoo.com

© pravoo lekkerkerk

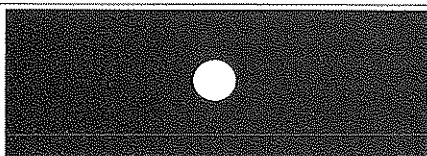
begeleiding, voorlichting  
opleidingen  
onderzoek  
uitgeverij  
**pravoo**  
tel. 0180-602090, fax. 0180-694450 (NL)  
Sloboendstraat 27, 2941 PC Lekkerkerk

### Concentratieproblemen

Concentratieproblemen komen steeds meer voor volgens de meeste leerkrachten. Hoewel het nooit exact is vastgesteld kan men in de loop van de jaren op de lijsten van voorkomende problemen in het onderwijs steeds meer concentratieproblemen tegenkomen. Volgens leerkrachten hebben ongeveer 15% van de kinderen ernstige concentratieproblemen en komen bij nog eens 10% van de kinderen zo nu en dan werkhoudingsproblemen voor. Dat betekent dat men er bij één op de vier kinderen mee te maken kan hebben. Kortom: een dagelijks voorkomend verschijnsel in het onderwijs. Veel te simpel weergegeven is: concentreren is de bekwaamheid om

je op iets te richten en geen dingen toe te laten die niets met dat concentratieonderwerp te maken hebben. Veel mensen lukt het niet om vijftien seconden naar hun eigen ademhaling te luisteren. Na twee tellen schieten er allerlei dingen door hun hoofd als:

- dit lukt me wel!
- zouden de anderen dit ook kunnen?
- is dit nou concentreren?
- ik heb wel wat beters te doen!
- moet dit nou echt?



#### concentratiestip

Probeer eens 15 seconden naar deze stip te kijken en alleen naar uw ademhaling te luisteren en alleen aan de stip te denken en nergens anders aan.

### Werkhouding op school

Het kunnen kijken naar een stip is toch maar een eenvoudige voorstelling van wat concentreren is. In werkelijkheid is het binnen een schoolsituatie veel complexer. Bij het onderzoeken van kinderen met concentratieproblemen gaf men vaak opdrachten van het type als: het kunnen kijken naar stippen of opdrachten als:

- zet een staand streepje door twee stippen en een liggend streep door drie stippen
- zeg na: 3-9-2, zeg na: 6-9-1-6.

Uit onderzoek is gebleken dat bepaalde kinderen hier moeite mee hadden, maar in de klas wel een goede werkhouding hadden. Andere kinderen in de klas hadden een slechte werkhouding hadden, maar voerden die concentratie-opdrachten goed uit.

Dat betekent dat concentreren een ingewikkelde vaardigheid is waarin veel zaken een rol spelen. In het onderwijs spreken we dan ook bij voorkeur over *werkhouding*.

De werkhouding begint op het moment dat de leerkracht het werk uitlegt. Dat kan kortdurend zijn bij kleuters als de leerkracht de opdrachten aangeeft, maar het kan heel langdurig zijn in groep 7 als de principes van het procentrekenen uitgelegd moeten worden. Er zijn kinderen die bij het opdrachtgeven niet betrokken zijn. Soms hebben ze geen zin in rekenen en soms hebben ze moeite om mee te kunnen denken. Dat betekent dat twee dingen een rol spelen:

- de motivatie
- het denkvermogen.

De motivatie en het denkvermogen maken het begrip concentratie wel complexer dan het kijken naar een stip. Na de opdrachtgeving zegt de leerkracht dat de kinderen aan het werk moeten gaan. Sommige kinderen doen dat niet onmiddellijk, maar gaan eerst nog even naar de wc of kijken om zich heen. Vooral voor kinderen met leerproblemen is het nodig dat ze onmiddellijk aan het werk gaan. Hoe langer ze wachten, des te meer vergeten ze van de instructie en dan wordt het moeilijk voor ze om gericht te kunnen werken. Als kinderen aan het werk beginnen spelen de volgende zaken een grote rol:

- de taakgerichtheid: zijn ze echt met de taak bezig of doen ze iets anders?
- de diepteconcentratie: als ze met een taak bezig zijn doen ze dat dan ook voor de volle 100%? Er zijn kinderen die zo op het oog aan het rekenen zijn, maar tijdens dat rekenen niet nadenken en zo maar wat opschrijven. De taakgerichtheid is dan wel goed, maar de

Werkhouding is het gedrag dat het kind vertoont tijdens de opdrachtgeving door de leerkracht en het gedrag dat daarna waarneembaar is



diepteconcentratie is onvoldoende. U kent dat verschijnsel ook wel als u aan het lezen bent en na drie bladzijden of na een stuk in de krant denkt: „Wat heb ik nou gelezen?” Veelvoorkomend is ook het verschijnsel van iemand die een bekend stuk in de auto heeft gereden en zich dan niet meer herinnerd dat stuk te hebben gereden. Dingen doen, zonder er goed bij na te denken, is ook een aspect van de werkhoudingsproblematiek.

- werkwijze: op school moeten kinderen dingen op een bepaalde manier doen. Bij het maken van een puzzel gaat het ook niet alleen om het kijken, maar ook om het denken aan wat het is, welke kleur het heeft, waar het bij zou kunnen horen, terwijl een kind bij het maken van de som:  $63 - 37 =$  ook nogal wat stappen uit moet voeren. Sommige kinderen hebben moeite met dat denken en hebben dan ook moeite taakgericht te blijven, terwijl andere kinderen moeite hebben taakgericht bezig te zijn en dan ook moeite hebben na te denken.

### **Samenvattend:**

In het onderwijs kijken we:

- naar hoe het kind oplet als de leerkracht de opdracht geeft
- naar de taakgerichtheid
- naar de diepteconcentratie
- naar de manier waarop het kind de opdracht uitvoert, de werkwijze.

Bij kinderen kunnen we dan ook allerlei problemen tegenkomen, zoals:

- niet goed meedoen als het werk wordt uitgelegd
- problemen met de taakgerichtheid; iets anders doen dan de taak
- niet goed nadenken tijdens het werken; problemen met de diepteconcentratie
- werkwijze problemen; de dingen op de verkeerde manier doen, zoals te veel tussenstappen gebruiken, lukraak iets doen, de verkeerde stappen maken
- problemen met motivatie
- angst om te falen
- onzelfstandigheid
- dromerigheid
- verstoren van anderen
- verkeerd zelfbeeld; niet weten wat je wel of niet kunt, je problemen niet zien of te veel zien, of denken dat je alles kunt
- problemen bij het samenwerken met anderen
- problemen met het onthouden

Dat betekent dat werkhouding en concentratie in het onderwijs nogal een complex gebeuren is dat verder gaat dan het kijken naar een stip.

## **2. Hoe ontstaan de problemen?**

Er zijn drie hoofdgroepen met oorzaken:

### **a. Lichamelijke oorzaken**

Bij een grote groep kinderen gaat het om een lichamelijke basis voor de werkhoudingsproblemen. Die oorzaak is gelegen in hun hersenen. Voor het richten op een taak en het blijven denken voor en tijdens de taakuitvoering, moet je jezelf kunnen sturen en richten en prikkels buiten je kunnen houden die niets met de taak te maken hebben. Je hersenen moeten je denken kunnen sturen en het zomaar overal op willen reageren moet afgeremd worden. Sommige kinderen hebben een hersensamenstelling waarbij die stuur- en remfunctie onvoldoende werkt.

Vanaf hun geboorte zijn ze al druk, ongeconcentreerd, impulsief, wild, ongeremd en hebben ze nogal eens gedragsproblemen. Ze zijn daar dus mee geboren. Vroeger werden deze kinderen ook wel aangeduid als kinderen met MBD (minimal braindysfunction), oftewel kinderen waarbij de hersenen net iets anders functioneren dan bij andere kinderen). Die andere vorm van functioneren van de hersenen was tot voor kort niet echt medisch aan te tonen, maar daar lijkt nu verandering in te komen. Officieel duiden medici dit type problemen tegenwoordig aan met ADD (attention-deficit-disorder). Dat wil zeggen: een aandachtsstoornis. Daarbij moet u zich realiseren dat het dan om meer gaat dan het kijken naar een stip.

Andere lichamelijke oorzaken zijn:

- problemen met de fitheid en gezondheid
- problemen met de voeding, zoals niet eten voor het naar school gaan, allergievormen, problemen met kleurstoffen en conserveringsmiddelen, lood in het bloed, etc. Dat laatste schijnt door een veranderd leidingwaterstelsel in Nederland terug te lopen.



### *b. Maatschappelijke oorzaken*

Er zijn ook oorzaken in de ontwikkeling van de samenleving die te maken hebben met een verminderende werkhouding van kinderen. In de literatuur kan men de volgende oorzaken tegenkomen:

-een verminderde autoriteit. Vroeger deden kinderen de dingen omdat dat moest.

Niemand vroeg zich af of het echt nodig was. Dat klakkeloos accepteren van opdrachten is er tegenwoordig veelal niet meer bij. In gezinnen kan men een ontwikkeling tegenkomen van autoriteitsgezin naar onderhandelingsgezin. Kinderen doen het niet zo maar meer.

-er zijn tegenwoordig steeds meer kinderen met onzekere leefomstandigheden. Kinderen hebben een vaste thuisbasis nodig en bij veel kinderen is die basis door wisselende relaties en onzekerheid m.b.t. werk en inkomen niet zo zeker meer.

-in bepaalde bevolkingsgroepen is sprake van doemdenken bij de ouders. Dat heeft te maken met het 'kleine man-gevoel': *als je voor een dubbeltje geboren bent, word je toch nooit een kwartje*. Ouders met die uitstraling hebben een nadelige invloed op hun kinderen. Die kinderen missen een basisuitdaging om de school als een middel te zien om je te kunnen ontwikkelen.

Daarnaast kan men vaststellen dat veel kinderen tegenwoordig wel erg veel afleidingsmogelijkheden hebben. Denkt u maar eens aan de vele clubs. Sommige kinderen die voor de gymselectie zijn uitgekozen en dan ook nog een andere hobby hebben, moeten een agenda hanteren om de vele afspraken na te komen. (Twee per week iets georganiseerd is wel een maximum). Vrij en onbekommerd spelen na schooltijd is er voor veel kinderen, met al hun verplichtingen, niet bij. Een overdaad aan verplichtingen kan een nadelige invloed hebben op kinderen.

Tenslotte mag men ook de t.v.-eenzijdigheid niet wegvakken. Het relatief passieve tv kijken beperkt het ontwikkelen van initiatieven bij kinderen en het zelf op pad gaan om dingen te doen. Overdag zou de t.v. eigenlijk niet aan moeten.

### *c. Ontwikkelingsoorzaken*

Daarnaast kunnen er in de ontwikkeling of de opvoeding van kinderen ook fouten gemaakt worden die er voor zorgen dat ze een instelling ontwikkelen waar ze op school weinig aan hebben.

Er zijn kinderen die te weinig begeleid worden in hun ontwikkeling naar zelfstandigheid. Sommige ouders hebben graag kleine kinderen en het kinderen zelf dingen leren doen kost veel tijd en geduld en dat is er vaak niet. Toch wordt in het begeleiden van de zelfstandigheid thuis de basis gelegd voor de werkhouding op school. Ouders moeten kinderen observeren en bekijken wat ze zelf en zelfstandig zouden kunnen laten doen. Er zijn vierjarigen die geen initiatief nemen om zelf hun broek op te trekken en zonder een vraag te stellen voor de leerkracht gaan staan met in hun ogen de vraag: wil je me aankleden? Er zijn echter ook kinderen die op vierjarige leeftijd de telefoon al op kunnen nemen, zelf op kunnen ruimen, zichzelf aan kunnen kleden, zelf een boek kunnen bekijken, etc. Een andere basis voor de ontwikkeling van werkgedrag is de spelontwikkeling. Kinderen die geleerd hebben gericht te spelen kunnen van daaruit goed hun werkgedrag ontwikkelen.

Bij de begeleiding van kinderen met werkhoudingsproblemen spelen de volgende vragen een rol:

3.1 Wat zijn de achtergronden van de werkhoudingsproblemen?

3.2 Welke hulpvragen stelt het kind?

3.3 Heb ik voldoende geduld?

3.4 Wat kan men er thuis aan doen?

### *3.1 De achtergronden*

Grofweg aangeduid zijn er drie benaderingen bij kinderen met werkhoudingsproblemen. Daarbij laten we even buiten beschouwing het medicijngebruik dat wel eens door (Riagg)artsen wordt voorgeschreven en alle homeopathische preparaten die er zijn.

Het gaat om de volgende drie benaderingen:

- de overlegaanpak
- trainen
- procesbegeleiding.

Bij de overlegaanpak gaat men er vanuit dat je de houding van het kind en de taak op elkaar af moet stemmen. Dat wil zeggen dat het een gegeven is dat het kind werkhoudingsproblemen heeft en dat je uitgebreid en extra de taak met het kind moet voorbespreken.

Daarbij komen dingen aan de orde als:

- weet je wat je moet gaan doen?
- welke problemen verwacht je?
- hoe lang denk je erover te doen?
- in welke stappen ga je het doen?
- wat doe je als je klaar bent?



Door hierover te praten wordt het kind beter op de taak gericht. Uit onderzoek is gebleken dat deze aanpak vruchten af kan werpen. Het is echter geen aanpak voor alle kinderen, omdat er ook kinderen zijn waarbij het ongeschikte functioneren van de hersenen een zo grote rol speelt dat overleggen niet veel effect heeft. Bij deze kinderen is trainen aan te bevelen. Het kenmerkende voor deze training is dat het

dan niet gaat om iemand die in een kamertje de werkhouding met een kind gaat oefenen, maar om een begeleiding in de klas, tijdens het uitvoeren van de taken. Als men weet dat een kind niet goed oplet als de opdrachten worden gegeven, dan wordt daarmee begonnen. Met het kind wordt be-sproken wat het moet gaan verbeteren of leren en de leerkracht voert begeleidingen uit in de vorm van:

- het kind iedere keer na laten vertellen wat de leerkracht vertelde
- het kind belonen als het goed herhaalt wat de leerkracht heeft verteld
- de leerkracht noemt vaak de naam van het kind bij de opdrachtgeving
- het kind komt dicht in de buurt van de leerkracht te zitten zodat deze met oogcontacten het kind bij de taak kan betrekken.

Bij de *procesbegeleiding* gaat het om het begeleiden van de manier waarop een kind een taak uit moet voeren. Daarbij gaat men er vanuit dat veel kinderen een slechte werkhouding hebben, omdat ze moeite hebben met de taak zelf en als gevolg daarvan een slechte werkhouding, faalangst of tegenzin ontwikkeld hebben. Bij deze aanpak gaat het om de volgende hulpvragen:

### 3.2 Welke hulpvragen stelt het kind?

Enkele voorbeelden: *Leer me hoe ik deze taak uit moeten voeren.* of: *Leer me te denken*

De leerkracht leert een kind dan HOE het een puzzel moet maken of HOE het een som uit moeten rekenen (zie als hulpmiddel de rekenstrip) en waar het aan moet denken als het een woord op moet schrijven.

#### *Motiveer me*

Nu bekijkt de leerkracht hoe het kind meer betrokken kan worden bij het werken. Dit kan door goede opdrachten uit te kiezen voor het kind, door het kind bewust te maken van wat het met de kennis kan of door het bewust te maken van wat het allemaal kan.

#### *Zit me achter de broek*

Sommige kinderen hebben zo weinig zelfsturing en zelfdiscipline dat ze eigenlijk vragen om iemand die hen achter de broek zit. Dat wil zeggen dat de leerkracht het kind zo veel mogelijk in de gaten houdt, de naam van het kind noemt en het aanspoort door te werken.

#### *Leer me de consequenties te kennen van het niet goed werken*

Met sommige kinderen wordt duidelijk afgesproken wat ze moeten doen als het werk niet af is. Door daar heel consequent in te zijn denken sommige kinderen: Laat ik maar gaan werken want als het niet goed is en niet af is moet ik .....

#### *Geef me zelfvertrouwen*

Sommige kinderen moet meer succeservaringen opdoen en meer bewust gemaakt worden van wat ze wel kunnen, zodat hun zelfvertrouwen toeneemt.

Alle bovenstaande hulpvragen zijn voor het onderwijs uitgewerkt in programma's en pakketten waar de leerkrachten gebruik van kunnen maken.

### 3.3 Heb ik voldoende geduld?

Van belang bij de begeleiding van kinderen met werkhoudingsproblemen is geduld bij de opvoeder. Pas na een volhardende begeleiding kan men succes verwachten. De ouders mogen een troost hebben, nl. dat veel kinderen na hun puberteit van deze problemen weinig last meer hoeven te hebben en er dus overheen groeien.

### 3.4 Wat kan men er thuis aan doen?

- Men moet zorgen dat kinderen in de voorschoolse periode zo zelfstandig mogelijk 'gemaakt' worden.
- Men moet er thuis voor zorgen dat kinderen goed gericht zijn op de ouders als deze hen aanspreken of een opdracht geven.
- Men moet de schoolprestaties positief volgen.
- Regelmatig gericht met kinderen meespelen.
- Kinderen helpen gericht dingen te bekijken.
- Zorgen voor orde, regelmaat, rust en veiligheid in de thuissituatie.
- Zorgen dat men als ouders een goede werkhouding, werkmotivatie en werklust heeft en niet te veel klaagt.
- Langere tijd iets samen met een kind doen.