

Kinderen met ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) hebben het vaak lastig op school. De schoolomgeving stelt hoge eisen waar zij moeilijk aan kunnen voldoen. Andersom vragen leerlingen met ADHD extra aandacht en verstoren ze soms de les. In het boek 'ADHD in klas' van Anton Horeweg wordt ADHD en de problematiek in de klas beschreven (deel 1) en oplossingen aangereikt (deel 2)

Deel 1: Wat is ADHD?

Er worden drie gedragsbeelden van ADHD onderscheiden:

- Het hyperactieve, impulsieve en onoplettende beeld.
Voorbeeld: kinderen horen maar een stukje van je uitleg en staan ineens op.
- Het overwegend onoplettende beeld, wordt ook wel ADD genoemd.
Voorbeeld: deze kinderen merk je niet zo snel op. Ze kunnen zich moeilijk concentreren
- Het impulsieve en hyperactieve beeld.
Voorbeeld: deze kinderen zijn hyperactief maar kunnen wel hun aandacht bij de les houden.

De belangrijkste kenmerken van ADHD zijn: tekort aan aandacht, hyperactiviteit en impulsiviteit. ADHD komt bij zo'n 3-5% van de kinderen op de basisschool voor en daarom komt iedere leerkracht ermee in aanraking.

Het brein van kinderen met ADHD

Het neurologisch onderzoek van ADHD staat niet als een huis. De afgelopen decennia meenden wetenschappers middels PET-scans en fMRI-scans verschillen te zien in de hersenen van kinderen met en zonder ADHD. Recenter onderzoek leert dat veel onderzoeken elkaar tegenspreken.

Meta-analyses laten wel zien dat het executief functioneren van kinderen met ADHD afwijkt van dat van kinderen zonder ADHD. De executieve functies liggen in de prefrontale cortex. Bij kinderen met ADHD zijn deze functies vertraagd in ontwikkeling. De uiteindelijke ontwikkeling van deze functies verschilt per individu. Deze executieve functies worden genoemd:

Plannen en organiseren

Taakinitiatie: beginnen met je werk.

Aandacht richten, vasthouden en wisselen.

Volgehouden aandacht/verwerkingsnelheid

Emotieregulatie

Werkgeheugen

Inhibitie: remfunctie van het brein.

Zelfinzicht: het vermogen om jezelf te beoordelen tijdens een gebeurtenis.

Cognitieve flexibiliteit: je kunt van gedrag veranderen als de omgeving dat van je vraagt

Timemanagement

Innerlijke spraak als ondersteuner van executieve functies.

ADD

ADD is het type ADHD dat omschreven wordt als het overwegend onoplettende gedragsbeeld.

ADD is een type ADHD en de kern van deze stoornis is aandachtstekort. Het is een internaliserende stoornis omdat de problemen in eerste instantie onzichtbaar zijn voor de omgeving. ADD komt vaker voor bij meisjes en wordt vaak laat of nooit gediagnosticeerd. Meisjes doen hun best om hun afwijkende gedrag te maskeren.

Kinderen met ADD kunnen niet ad rem reageren waardoor ze gemakkelijk slachtoffer zijn van pestgedrag. Vaak hebben ze moeite met navertellen van lesinhouden. Er zijn veel verschillen op te noemen tussen ADD en ADHD.

Bijkomende problemen

Niet altijd realiseren leraren zich goed dat jongeren zelden alleen maar ADHD hebben. Kinderen en jongeren met ADHD hebben meestal ook bijkomende problemen, zoals: leerstoornissen, gepest worden, problemen met leraren, depressie, angst, slaapproblemen of problemen in het gezin.

Als AD(H)D samengaat met andere stoornissen.

Twee derde van de kinderen met ADHD heeft een bijkomende stoornis. 40% Van de kinderen met ADHD hebben te maken met een leerstoornis. Bij het verhelpen van een leerachterstand is het belangrijk om te bepalen of het gaat om ADHD of zo'n bijkomende leerstoornis.

Stoornissen die in het boek worden beschreven:

Dyscalculie: *rekenproblemen.*

Dyslexie

TOS: *Taalontwikkelingsstoornis. Je hebt moeite met het ontvangen van taal (receptief) en het overbrengen van taal (expressief). In combinatie met ADHD lijdt dit tot ongestructureerde verhalen.*

ASS: *Autisme Spectrum Stoornis*

ODD of CD: *Oppositieel-opstandige stoornis. Deze kinderen laten voortdurend opstandig en uitdagend gedrag zien. In combinatie met ADHD laten deze kinderen risicovoller gedrag zien en zijn ongevoeliger voor straf.*

DCD: *Developmental coordination disorder. Deze kinderen hebben motorische problemen. Deze kinderen hebben een onhandige, houterige motoriek.*

Tourette of Tics: *Tics zijn plotselinge snelle, herhaalde, niet-ritmische motorische bewegingen of geluiden. De bekendste stoornis is Gilles de la Tourette. Deze stoornis wordt bij minder dan 1% van basisschoolkinderen vastgesteld.*

OCS: *obsessieve compulsieve stoornis. Deze dwangstoornis uit zich bijvoorbeeld in het slecht kunnen wisselen van taak, obsessief controleren van dingen of een voorkeur hebben voor symmetrie en orde.*

Angst en stemmingsstoornissen

Depressieve stoornissen

(Hoog)begaafdheid: *Feitelijk is dit natuurlijk geenstoornis. Het gedrag van kinderen met ADHD lijkt op het gedrag van sommige (hoog)begaafde kinderen die onvoldoende worden uitgedaagd. Bij twijfel tussen ADHD en hoogbegaafdheid is onderzoek nodig.*

Deel 2: Hoe ga je om met ADHD?

Wat zie je in de klas?

Om goed met ADHD om te gaan is het vooral belangrijk dat het gedrag goed geobserveerd en geanalyseerd wordt. Dit is een kunst apart omdat observaties kunnen worden vertroebeld door je eigen opvattingen of de context: gedrag en omgeving beïnvloeden elkaar.

Om tot een goede observatie te komen worden diverse tools aanbevolen.

Wat kun je doen in de klas?

Dit hoofdstuk staat vol met praktische tips voor leerkrachten. Hier een greep uit de tips:

- Voorkom een negatieve spiraal. Blijf daarom positief communiceren. Als jou dat als professional voor de klas niet lukt moet je de hulp van een collega inschakelen.

- Spreek kinderen op een positieve manier aan. Door negatieve communicatie voelt een kind zich onbegrepen.
- Probeer goed gedrag te belonen. Dat kan ook non-verbaal.
- Organiseer orde én geef ruimte. Vooral de relatie tussen de leerkracht en de leerling met ADHD is hierin belangrijk.
- Organiseer de overgangsmomenten tussen lessen duidelijk. Er zijn dan veel prikkels en beweging.
- Werk planmatig. Je kunt bijvoorbeeld een 'Goed Gedrag Plan' maken. In het boek staat een format en beschrijving.
- Over het algemeen zijn kinderen met ADHD minder gevoelig voor beloningen. Vooral beloningen op de langer termijn werken slecht. Een activiteit als beloning werkt vaak wel goed.
- Zet kinderen met ADHD alleen in groepjes als er ook zo gewerkt wordt. Bij frontale lessen is een frontale opstelling beter voor hen.
- Plan vakken die het meeste aandacht vragen in de ochtend.
- Routines geven houvast.
- Houd instructie kort en actief.

Overleg met ouders, kind en behandelaars

Dat overleg met de betrokkenen nodig is, ligt voor de hand. Het is aan te bevelen om dit in een vroeg stadium te doen. Ouders hebben het thuis ook soms zwaar. Toon begrip en overvraag hen niet.

Soms kun je een leerling niet langer in je schoolhouden. Er zijn grenzen aan wat ieder schoolteam kan bieden. Meestal gebeurt een wisseling van school in goede samenspraak. Als hierin een verschil in opvatting is tussen ouders en school moet er uiterst zorgvuldig worden gehandeld.

ADHD en de schoolvakken

Gym is voor veel kinderen met ADHD hun favoriete vak. Ze vinden het fijn om hun energie kwijt te kunnen. Wel kunnen ze in de opwindende van het spel impulsiever handelen.

Zelfstandig werken is juist moeilijk voor hen omdat er meer beroep wordt gedaan op executieve vaardigheden. Het is goed om deze vaardigheden te oefenen in de klas. Alle kinderen hebben hier uiteindelijk profijt van.

Bij vakken als lezen, begrijpend lezen en rekenen wordt het werkgeheugen gebruikt. Voor veel kinderen met ADHD is dat moeilijk. Als resultaten achterblijven is het verstandig om te onderzoeken of er sprake is van een leerstoornis. Dit is namelijk bij veel kinderen met ADHD het geval.

Deze kinderen hebben ook vaak meer tijd nodig voor hun werk. Juist bij toetsen, omdat ze vragen meerdere keren lezen en het schakelen tussen vragen moeilijk is. Gemakzucht speelt bij hen ook vaak een rol.

Kinderen met ADHD hebben het zwaar op school en hun leraren ook. Leraren zijn de professionals, zij zijn bij het oplossen van problemen als eerst aanzet. Als zij de moeite nemen om zich te verdiepen

in de kinderen en hun problematiek en mogelijkheden verkennen en hun handelen aanpassen zullen kinderen met ADHD beter kunnen leren op school.

Recensie

Iedere leerkracht heeft of krijgt te maken met kinderen met de diagnose ADHD. Dit boek helpt leerkrachten om deze kinderen te begrijpen en met hen om te gaan. Anton Horeweg beschrijft in taal van meesters en juffen de problemen die kinderen met ADHD en hun omgeving tegenkomen en roept hen op om deze kinderen te helpen.

Tussen de regels door lees je dat Anton Horeweg hart heeft voor deze kinderen en het voor hen opneemt. Er wordt ruim aandacht gegeven aan de complexiteit van hun problematiek en hoe divers deze is per kind. In ieder hoofdstuk staan casussen beschreven die helpen een beeld te vormen van deze diversiteit. Het is niet duidelijk of de voorbeelden fictief zijn of echt gebeurd. Sommige komen wat onwerkelijk over.

Leerkrachten krijgen tal van bruikbare handvatten aangereikt die de beschreven problematiek kunnen verminderen. De adviezen gaan voornamelijk over klassenmanagement en gedrag dat voor de omgeving van kinderen met ADHD problematisch is.

Over de wetenschappelijke onderbouwing van ADHD en het 'stickeren' van kinderen is veel te doen in de maatschappij. Horeweg benoemt de tegenstrijdigheden en onduidelijkheden in wetenschappelijk onderzoek. De vraag: 'Wat is nu de wetenschappelijke onderbouwing en definitie van ADHD?' wordt in dit boek niet beantwoord. Dit kan bij de kritische lezer een onbevredigend gevoel geven.

Echter, Anton Horeweg gaat niet over een nacht ijs. Maar liefst 200 bronnen worden vermeld. Het merendeel afkomstig uit boeken of wetenschappelijke tijdschriften. Wel worden ook veel zaken als feit gesteld zonder bronvermelding of die de schrijver uit eigen ervaring weet. Bijvoorbeeld: *'Wanneer het kind (met ODD) geen enkele reactie krijgt op bepaald gedrag (bijvoorbeeld het irriteren van de leraar), zal het gedrag afnemen omdat het kind er niets mee bereikt'*. Dit klinkt aannemelijk maar een onderbouwing vanuit literatuur zou zo'n stelling geloofwaardiger maken.

Hoewel dit boek geen sluitstuk of samenvatting zal zijn over de vragen rond de diagnose ADHD, zullen ervaren leerkrachten zich herkennen in de problemen die aan de kaak worden gesteld. De leerkracht die kinderen met ADHD in de klas heeft kan veel uit dit boek gelijk toepassen in zijn of haar praktijk.