

De tweede nieuwsbrief van 2007 komt veel later dan ik zelf verwachtte. Het is net of de dagen, weken en maanden steeds korter worden. Een perfect voorbeeld van de betrekkelijkheid van het gevoel 'tijd'. Februari was kort, veel te kort... en toch even lang als andere jaren.

Dank aan de mensen die informatie doorstuurden. Ik verwerk deze zo snel mogelijk en bekijk hoe ze in de nieuwsbrief komt. Jullie merken het wel.

Een welgemeende dank ook aan iedereen die tot nu toe reageerde op de oproep rond het maken van een spellingcontrole voor dyslectici. Hoe meer materiaal er kan verzameld worden, hoe beter deze zal worden.

Tot de volgende nieuwsbrief.

Lieven

When you think ADHD, do you think boy? You're not alone. Boys are three times more likely to be diagnosed with ADHD, even though they're no more likely to have it. Too many young girls are not getting the help they need¹.

Met deze inleiding begint het artikel van een zeker Caralee Adams. Zij baseert zich onder andere op Kathleen Nadeau², een Amerikaanse klinische psychologe die al eerder publiceerde over het voorkomen van ADHD bij meisjes en vrouwen.

Enkele onderzoeken hebben aangetoond dat de helft tot drie kwart van alle meisjes met ADHD niet ontdekt worden. Het kwart dat men wel opmerkt, krijgt de diagnose gemiddeld vijf jaar later dan een jongen. Bij jongens ontdekt men ADHD ongeveer rond de leeftijd van zeven jaar, bij meisjes rond de leeftijd van twaalf jaar.

Een van de belangrijkste verklaringen hiervoor is dat ADHD zich anders bij meisjes dan bij jongens voordoet. Meisjes zijn veel minder hyperactief of impulsief dan jongens. Ze lijken eerder onaanbachtig, ongecon-

¹ Als je aan ADHD denkt, denk je dan ook aan een jongen? Je bent niet de enige. De kans dat een jongen de diagnose ADHD krijgt is 3 maal groter dan bij een meisje, ook al is de kans op ADHD bij een jongen niet groter dan bij een meisje. Te veel jonge meisjes krijgen de hulp niet die ze nodig hebben.

ADAMS C., [Girls & ADHD: Zie je de signalen over het hoofd?](http://content.scholastic.com/browse/article.jsp?id=11532)

<http://content.scholastic.com/browse/article.jsp?id=11532>.

Met dank aan Luc Kumps van Eduratio (<http://www.eduratio.be>) voor het signaleren.

² Meer gegevens over Kathleen Nadeau vind je op <http://www.ncgiadd.org/nadeau>.

centreerd of afwezig te zijn. Ze kunnen het ook moeilijk hebben om zich te organiseren of om taken of opdrachten te onthouden.

Maar zelfs als die kenmerken duidelijk aanwezig zijn, gebeurt het dat men deze meisjes met ADHD niet opmerkt en niet doorverwijst voor een diagnose. Aangezien ze in de klas minder problemen veroorzaken, ervaart men ze ook minder als storend. Meisjes passen zich heel goed aan de wensen van hun leerkracht en hun ouders aan om hun goedkeuring te verkrijgen. Ze zijn daarbij goed in staat de kenmerken van hun stoornis te compenseren. Als die kenmerken al opgemerkt worden, worden ze vaak nog mis geïnterpreteerd als onrijpheid of een tekort aan leerpotentieel.

Het artikel zet de kenmerken van ADHD bij meisjes op een rijtje. Per kenmerk worden er een aantal tips gegeven voor leerkrachten om het probleem te onderkennen en op te vangen.

| Kenmerk | Tips |
|---|--|
| <p data-bbox="167 616 606 649">Onophoudelijk praten, verbale onrust</p> <ul data-bbox="215 683 790 795" style="list-style-type: none">- 'Per ongeluk' blijven praten nadat je net vroeg om te zwijgen.- Je zonder aanleiding onderbreken terwijl je aan de ganse klas uitleg geeft. | <ul data-bbox="861 616 1428 985" style="list-style-type: none">- Zet het meisje vooraan.- Zet het bij voorkeur uit de buurt van andere praatgrage leerlingen.- Onderbreek de les regelmatig en geef de leerlingen de kans om ideeën met elkaar uit te wisselen of werkwijzen te bespreken. Dit is goed voor alle leerlingen, maar geeft het meisje de kans om op een aanvaardbare manier te praten.- Geef tussendoor kleine taken die het helpen om haar energie op iets anders te richten (bv. Werkblaadjes uitdelen). |
| <p data-bbox="167 1041 391 1075">Sociale problemen</p> <ul data-bbox="215 1108 790 1377" style="list-style-type: none">- Zich moeilijk kunnen aanpassen aan de leeftijdsgenootjes: zomaar binnenvallen in een groep, de baas spelen of het spel in de war brengen.- Sociale signalen zeer moeilijk oppikken en bij frustratie verbaal zeer agressief zijn. In tegenstelling tot een jongen, wordt een meisje met ADHD vaak door de groep uitgesloten. | <ul data-bbox="861 1041 1428 1355" style="list-style-type: none">- Hoe er rekening mee dat het meisje met ADHD regelmatig zal moeten geholpen worden bij het 'onderhandelen' van haar vriendschappen.- Moedig de klas aan om geduldig en verdraagzaam om te gaan met de verschillen van iedereen.- Leer sociale conventies uitdrukkelijk aan en geef de kans om ze eerst in een veilige omgeving te oefenen. |
| <p data-bbox="167 1444 598 1478">Moeite met het geven van aandacht</p> <ul data-bbox="215 1512 790 1601" style="list-style-type: none">- Het moeilijk hebben om naar jou te blijven luisteren als je langer dan een paar minuten na elkaar spreekt. | <ul data-bbox="861 1444 1428 1758" style="list-style-type: none">- Betrek het meisje actief bij de les.- Geef korte instructiemomenten van vijf tot tien minuten.- Bied een model aan voor 'aandachtig zijn'. Laat kinderen verwoorden waaraan je ziet of iemand aandachtig is. Oefen dat gedrag met de hele klas:<ul data-bbox="957 1657 1332 1758" style="list-style-type: none">o Rechte schouders...o Kijken naar de spreker...o Handen rustig op de tafel... |
| <p data-bbox="167 1814 470 1848">Uitzonderlijke slordigheid</p> <ul data-bbox="215 1881 790 2027" style="list-style-type: none">- Er niet in slagen orde te houden op de bank of in een boekentas.- Handboeken, werkschriften en werkblaadjes niet kunnen ordenen.- Problemen bij het maken van huiswerk. | <ul data-bbox="861 1814 1428 1993" style="list-style-type: none">- Beperk de hoeveelheid papier die heen en weer gaat van school naar huis en omgekeerd.- Bij beoordelingen: vraag je af wat het belangrijkste is: de juistheid van de inhoud of de vorm van het werk. |

- Moeite hebben met de klasgewoonten.

Onafgewerkte taken

- Zoals gezegd proberen meisjes vaak hun stoornis te verbergen. Daardoor beseffen leerkrachten niet altijd hoeveel moeite het hun kost om een taak af te werken. Vaak geven ze in de klas een ijverige of verlegen indruk. Meestal vallen ze de leerkracht niet op. Let daarom op hoe ze bijna systematisch er niet in slagen om in de klas een opdracht binnen de gegeven tijd af te werken, ook al lijken ze de leerstof te begrijpen.

Emotionele problemen

- Onmiddellijk wenen bij de kleinste opmerking.
- Woede-uitbarstingen wanneer iets verkeerd of anders uitpakt dan gewenst.
- Moeite met de controle over de eigen gevoelens.
- Laag zelfbeeld.
- Zich uitgesloten voelen.

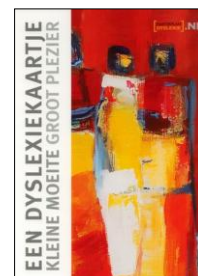
- Leer om een taak op te delen in deeltaken. Op die manier wordt die taak veel overzichtelijker. Zo kunnen ze die stap na stap en in de juiste volgorde oplossen.
- Beperk het aantal oefeningen of opdrachten dat moet opgelost of uitgevoerd worden. Stel je de vraag wat minimaal noodzakelijk is om na te gaan of iemand iets beheerst.
- Geef af en toe de kans om een toets opnieuw te doen. Iemand met ADHD is immers niet regelmatig in haar prestaties.
- Geef haar het gevoel er echt bij te horen.
- Leer eenvoudige ontspanningstechnieken aan:
 - o Diep in- en uitademen...
 - o Aan iets positiefs denken...
 - o Tot tien tellen alvorens iets te zeggen...
- Vraag alle leerlingen elkaars gevoelens te respecteren, ook als die gevoelens hen overdreven lijken.

2

Een dyslexiekaartje: kleine moeite, groot plezier!

In het kader van het Masterplan Dyslexie werd er in 2005 een 'dyslexiekaartje'¹ ontwikkeld voor leerkrachten. Het geheel bestaat uit een kaart op A4-formaat waarop uitgelegd wordt wat dyslexie is. Ook zaken waarmee de dyslectische leerling het lastig heeft worden er verduidelijkt.

Bij deze inleidende fiche horen drie scheurkaartjes. Daarop staan tips voor leerkrachten. Met deze tips kunnen ze iedere dag opnieuw de dyslectische leerling ondersteunen. De kaartjes zijn uitgewerkt op postkaartformaat en laten zich gemakkelijk gebruiken als bladwijzer. De volgende thema's komen aan bod:



- De dyslectische leerling kan het zelf: tips om de zelfstandigheid van de dyslectische leerling te vergroten.
- In gesprek met de dyslectische leerling: tips om in gesprek te treden met de dyslectische leerling over zijn probleem, hem vragen te stellen en feedback te geven.
- De dyslectische leerling bij de les: Tips in verband met het lesaanbod, het aanbrengen van vaktermen, het maken van aantekeningen en huiswerk. Aangevuld met tips over het geven en beoordelen van toetsen.

Deze dyslexiekaartjes kunnen tegen kostprijs besteld worden. Ze worden geleverd in een set van 10 stuks aan de prijs van € 6,50.

Adres: KPC^{GROEP}
Postbus 4802
NL-5201 AL 's-Hertogenbosch

¹ COX A., PEL B., Een dyslexiekaartje. Kleine moeite, groot plezier!
KPC^{GROEP}, 's Hertogenbosch, 2005, 4 pagina's.

Een bezorgheidscoördinator voor de basisschool!

Met deze titel wil ik een pleidooi houden voor een zorgcultuur op school die actief op zoek gaat naar vragen en bezorgdheden bij ouders en leerkrachten. Op deze manier kan er onnodige onrust bij ouders worden weggenomen en kunnen er heel wat afstemmingsproblemen tussen school en ouders vermeden worden wanneer er toch een probleem blijkt te zijn.

Iedereen die zich bezorgd maakt over een kind heeft het recht om ernstig genomen te worden. Dat kan een ouder zijn die zich zorgen maakt over de ontwikkeling van zijn jongste kind omdat het dat vergelijkt met het oudste. Dat kan evengoed de juffrouw uit het eerste kleuterklasje zijn die vindt dat een kind in vergelijking met zijn klasgenootjes een grote taalachterstand heeft. Met ernstig nemen bedoel ik niet dat men blindelings in die bezorgdheid moet meegaan.

Daarvoor is juist die 'bezorgheidscoördinator' nodig. Hij moet ouders en leerkrachten aanmoedigen om met hun bezorgdheid over een kind bij hem te komen. Hij kan er op deze manier voor waken dat de betrokken mensen effectief gehoord worden. Op basis daarvan kunnen er eventueel preventief acties worden ondernomen om te kijken of de bezorgdheid terecht is. Met acties bedoel ik dan niet dat de bezorgdheid van de ene weggewuifd wordt door de onbezorgdheid van de andere. Een dergelijke houding kan soms leiden tot meer ingrijpende en nodeloze acties. Zoals de ouder die zijn kleuter onderwerpt aan een, voor het kind zeer schrikwekkend, neurologisch onderzoek omdat hij zich niet ernstig genomen voelt door de school in zijn bezorgdheid over een mogelijke motorische ontwikkelingsachterstand. Terwijl een korte observatie in de klas hem had laten zien dat het kind evenveel kon dan zijn leeftijdsgenootjes.

Het coördineren van de bezorgdheid kan er ook toe leiden dat problemen vroegtijdig worden opgespoord. Zoals de ouder van het kind uit het eerste leerjaar die vertelt over de kleine ongelukjes die het kind voortdurend thuis tegenkomt en de leerkracht die dat op school ook al had gemerkt maar er niet onmiddellijk durfde over te beginnen.

Het is al evenmin abnormaal dat ouders die al een probleemkind hebben bepaalde gedragingen van een ander kind herinterpreteren in functie van dat probleem en zich zorgen maken. Dit terwijl het kind in kwestie nog niet toe is aan een bepaald gedragsniveau.

Met andere woorden: of het nu een ouder of een leerkracht is, neem zijn bezorgdheid als zorgcoördinator altijd ernstig. Bekijk samen met hem in welke mate die bezorgdheid terecht is of wat de persoon nodig heeft om die bezorgdheid weg te nemen. Breng indien wenselijk en relevant ouders en leerkracht samen om over die bezorgdheid te praten. Een dergelijke aanpak heeft verschillende voordelen:

- Ouders en/of leerkrachten voelen zich ernstig genomen. Dit bevordert het wederzijdse vertrouwen, het vertrouwen in de zorgcoördinator en in de school.
- Eventuele problemen kunnen vroegtijdig herkend, erkend en aangepakt worden.
- Ouders die zich ernstig genomen voelen, gaan minder shoppen bij andere hulpverleners tot ze het gevoel hebben dat ze 'eindelijk' gehoord werden.
- Het CLB kan tijdig en ter ondersteuning ingeschakeld worden
- Waar nodig kan er gezorgd worden voor een tijdige en onmiddellijk juiste doorverwijzing.
- Een vroegtijdige opsporing kan ernstiger problemen voorkomen of anticiperen op bepaalde gevolgen van deze problemen.

Het is ook hier belangrijk dat dit 'coördineren van de bezorgdheid' minstens een formele neerslag krijgt. Deze neerslag moet eveneens in het zorgdossier terecht komen. In deze neerslag komt niet alleen de bezorgdheid van ouder of leerkracht, maar ook een aantal concrete voorbeelden van het gedrag van het kind waarop die bezorgdheid gebaseerd is. Zo kan men er, indien nodig, altijd op terugvallen.