



PRAKTISCH INTEGREREN VAN EXECUTIEVE FUNCTIES

Lira (9 jaar) is klaar met haar taak en vraagt aan de leerkracht wat ze nu moet doen. De leerkracht is radeloos; hij heeft al zo vaak verteld dat de dagindeling op het bord staat. Waarom vergeet Lira dat steeds? In dit artikel beschrijven we hoe je als schoolteam de zelfregulatie van je leerlingen kunt vergroten. De sleutel daartoe? Insteken op executieve functies.

Executieve functies zijn de regelfuncties van de hersenen en ze spelen een cruciale rol in ons dagelijks leven. Bij zowel bekende, eenvoudige taken als nieuwe en complexe taken gebruiken we deze functies om doelgericht gedrag te vertonen en taken met succes af te kunnen ronden. Doordat we ons gedrag kunnen aansturen en controleren middels de executieve functies, wordt zelfregulatie mogelijk. In het basisonderwijs zijn executieve functies van groot belang. Ze vormen zelfs een voorwaarde om tot leren te kunnen komen en hebben meer invloed op het schoolsucces dan de intelligentie van een kind (Malfait, 2021). Denk bijvoorbeeld aan het vermogen om geduldig te wachten tot je aan de beurt bent, onmiddellijk te beginnen aan een taak zodra de instructie is gegeven, je behoeftigheden op orde te hebben bij een opdracht of omgaan met emoties zoals boosheid en teleurstelling.

Een schoolbrede aanpak: waarom?

Het is van belang om leerlingen op school te begeleiden in de ontwikkeling van hun executieve functies en vaardigheden. We noemen zes belangrijke redenen hiervoor. De ontwikkeling van de executieve functies loopt nog door tot ver na de adolescentie. Dit houdt in dat gedurende de basisschoolperiode leerlingen nog volop moeten kunnen oefenen met vaardigheden als plannen, organiseren en doelgericht werken aan taken. Het betekent ook dat ze nog sterk afhankelijk zijn van de ondersteuning, inspiratie en (in hogere groepen) instructie vanuit de omgeving. Het is daarom nodig om de ontwikkeling

van de executieve functies op school te begeleiden. Door deze begeleiding schoolbreed en preventief aan te pakken, krijgen leerlingen op gestructureerde wijze passende manieren aangeboden waarmee ze hun eigen handelen leren reguleren en executieve vaardigheden ontwikkelen. De leerlingen zullen hobbels en uitdagingen daardoor beter kunnen aanpakken. Ook kan een dergelijke aanpak helpen om gedragsproblemen in de klas te voorkomen, zoals aandachtsproblemen, het beheersen van emoties en ongericht gedrag. Het ontwikkelen van zelfregulatie en zelfkennis helpt leerlingen hun gedrag beter onder controle te houden, wat bijdraagt aan rust en structuur in de klasomgeving (Diamond & Lee, 2011). Daardoor zullen mogelijk minder leerlingen uitvallen op gedragsproblemen in de klas en worden doorverwezen naar de IB'er. Ook kan een schoolbrede en preventieve aanpak de IB'er helpen bij het bepalen van welke leerlingen voldoende baat hebben bij de groepsaanpak in de klas en welke leerlingen intensievere begeleiding nodig hebben. Bovendien kan het toekomstige curatieve ondersteuning helpen te voorkomen.

Start met een heldere visie

Een duidelijke visie is essentieel voor de praktische integratie van executieve functies en vaardigheden in het onderwijs. Het zorgt ervoor dat leerkrachten onderling en naar leerlingen toe duidelijkheid en voorspelbaarheid ervaren bij het werken aan en praten over executieve functies en vaardigheden. Met een heldere visie leg je daarom de basis voor een consistente en doordachte aanpak. Voor het ontwik-



kelen van een visie is het cruciaal dat binnen het team duidelijk is:

- wat executieve functies zijn;
- waarom de school daar aandacht aan besteedt;
- hoe ze te herkennen zijn in de praktijk;
- op welke functies je als team focus wilt leggen.

Vervolgens kun je met elkaar de visie bepalen door antwoord te geven op vragen als:

- Welke rol spelen executieve functies binnen ons onderwijs?
- Wat willen we leerlingen leren als het gaat om zelfregulerend gedrag?
- Wat levert het werken aan executieve functies ons op, gekeken naar de leerlingen, het team en de resultaten van de school?

Doorgaande lijn

Wanneer de onderliggende redenen helder zijn, ga je kijken naar de manier waarop je als team je visie gaat verwezenlijken. Daarmee ontwikkel je een doorgaande lijn in het werken met executieve functies. Deze aanpak kun je inhoud geven door samen vragen te beantwoorden als:

- Hoe bouwen we het inoefenen van executieve vaardigheden over de jaren op?
- Hoe worden leerlingen bij het ontwikkelen van hun executieve vaardigheden ondersteund door hun omgeving (ruimte, materialen, begeleiders)?

In de praktijk

En dan aan de slag om de ontwikkeling van executieve vaardigheden te prikkelen en ondersteunen!

De literatuur wijst op vier essentiële elementen bij het trainen van executieve vaardigheden (Diamond, 2013; Diamond & Ling, 2016; Huizinga et al., 2017; Smits & Huizinga, 2011):

- **Situaties uit de echte wereld:** oefen executieve functies in settingen die je in het dagelijks leven tegenkomt. Dit helpt de executieve functies breed in te kunnen zetten en flexibeler toe te passen.
- **Meerdere executieve functies tegelijk trainen:** combineer executieve functies tijdens het trainen met elkaar, net zoals dat in het dagelijks leven gebeurt. Onderzoek toont aan dat executieve functies het effectiefst worden getraind als meerdere tegelijk worden gestimuleerd.



- **Ouderbetrokkenheid:** werk samen met ouders om een veilig pedagogisch klimaat voor de leerling te waarborgen, zowel thuis als op school. Je moet goed in je vel zitten om je executieve functies effectief in te kunnen zetten.
- **Opbouw in uitdaging:** blijf het oefenen met executieve functies (langere tijd) herhalen. Hierbij is het van belang dat leerlingen werken op hun eigen niveau en genoeg geprikkeld worden.

Hoe kun je als IB'er bijdragen aan de ontwikkeling van executieve functies?

- Zorg dat je samen met leerkrachten én ouders in dezelfde taal spreekt over executieve functies door bijvoorbeeld met een metafoor te werken en ouders daarin mee te nemen.
- Om je executieve functies te kunnen ontwikkelen, moet je je veilig en goed voelen. Een uitgebreide woordenschat van gevoelens en emoties is daarbij van belang. Als leerkracht kun je dit begeleiden door woorden te geven aan de emoties die kinderen voelen, ook wel emotionele geletterdheid genoemd.
- Maak gebruik van materiaal als externe en visuele ondersteuning voor leerlingen. Hierbij kun

je denken aan een brede inzet van een metafoor of losse ondersteuningsmaterialen zoals een stoplicht waarmee je aangeeft hoe je je voelt. Op de website van TIB (www.tijdschriftib.nl) vind je bij dit artikel een tabel met interessante materialen.

- Gebruik spelletjes om executieve vaardigheden te trainen en maak daarbij koppelingen met situaties uit de echte wereld. Deze koppelingen (ook wel transfer genoemd) zijn nodig om het gedrag dat je oefent in een spelsituatie ook in het 'echte leven' te gaan gebruiken. ■

Meer weten?

- *Meer informatie over emotionele geletterdheid, zie Wetenschap & Media – Leer- & Veerkracht. (z.d.). www.leerenveerkracht.nl/wetenschap-media/*

Een overzicht van de literatuur vind je op www.tijdschriftib.nl.

Janna Stok werkt bij Edux als adviseur in het onderwijs en de kinderopvang en heeft een achtergrond in de onderwijs- en pedagogische wetenschappen. In haar werk houdt ze zich veel bezig met (de wisselwerking tussen) gedrag en de ontwikkeling van de hersenen.

Liesbet Stam-Gommans is werkzaam bij Edux als adviseur en schoolpsycholoog binnen het team Vakoverstijgend handelen. Zij houdt zich o.a. bezig met talentontwikkeling en executieve functies. Haar missie is: "Samen een leven lang leren vanuit eigenheid en kracht."



Tips

- Gebruik in gesprekken met ouders een metafoor voor executieve functies.
- Help de leerkracht om met kinderen te werken aan hun 'emotionele geletterdheid'.
- Laat leerkrachten visuele middelen gebruiken als ondersteuning voor het praten over emoties en gevoelens.
- Maak leerkrachten bewust van het belang om het trainen van executieve functies te oefenen in betekenisvolle 'echte' situaties.

Samenvatting

Omdat executieve functies de basis vormen voor zelfregulatie, zijn zij cruciaal voor het dagelijkse leven en leren. Door de ontwikkeling hiervan schoolbreed en preventief te ondersteunen kunnen leerlingen executieve vaardigheden oefenen, hun handelen leren reguleren en zelfkennis opdoen. Een heldere visie is essentieel en vormt de basis voor een praktische, effectieve aanpak. Materialen kunnen een waardevolle aanvulling zijn, maar moeten aansluiten bij de visie.