

| Tekst | Sep Schaffers & Annemarie Breeve | Illustratie | Auke Herrema | Fotografie | Lou Wolfs

Puberteit vraagt speciale aanpak

De verwarring in de puberteit begint feitelijk al met de terminologie. Waar hebben we het eigenlijk over? Is het puur lichamelijk? Verandert een kind zijn persoonlijkheid? Waar komt dat sterk veranderde gedrag vandaan? Waar is die enthousiaste vrolijke leerling gebleven? Hoe ga je om met een klas vol pubers? Met name ontwikkelingen in de hersenen kunnen veel verklaren, zo blijkt uit onderzoek. LeerKracht sprak met neuropsycholoog Jelle Jolles en met diens Belgische vakgenoot Eddy van Mossevelde.

Het woord puber wordt gewoonlijk verkeerd gebruikt, mailt Jelle Jolles naar aanleiding van een eerste verzoek om informatie. "Puberteit hangt voornamelijk met hormonen samen. Deze fase is eigenlijk bij vrijwel alle kinderen - jongens en meisjes - voorbij rond het vijftiende of zestiende jaar. Parallel daaraan heb je de adolescentie, en die hangt veel meer samen met hersenontwikkeling. Adolescentie loopt zeker door tot na het twintigste jaar. Voor jongens is dat gewoonlijk nog wat later dan bij meisjes." De misverstanden draaien rondom het woord 'puber' waarmee het hele scala aan veranderingen wordt aangeduid. Het moeilijke gedrag van kinderen in deze leeftijdscategorie hangt echter veel meer samen met adolescentie, waarbij 'de hormonen' beslist een rol spelen, maar niet als enige of meest belangrijke factor, zo stelt Jolles.

Adolescentie

Jelle Jolles is hoogleraar Neuropsychologie en Biologische Psychologie aan de Universiteit van Maastricht en voorzitter van



de commissie Hersenen en Leren. Jolles houdt zich bezig met onderzoek naar de ontwikkeling van hersenen en de gevolgen daarvan voor het leren. Met name tijdens de puberteit en adolescentie gebeurt er voor kinderen veel tegelijk. Jolles is niet verbaasd dat het dan op school wat minder wil lukken. "Scholen zouden veel meer rekening moeten houden met de ontwikkeling van het brein. In de adolescentiefase is het brein geprogrammeerd om te leren communiceren, sociale contacten op te doen en het andere geslacht te ontdekken. Willen scholen pubers toch iets bijbrengen in deze periode, dan zullen ze hen extra sterk moeten motiveren."

Jolles is als neuropsycholoog om die reden minder enthousiast over het Studiehuis en meent dat een leerkracht die op de achtergrond van het leerproces functioneert, een leerling onvoldoende kan inspireren. Studiestof slaat alleen aan als de leerling zich persoonlijk betrokken voelt bij de informatie. Bovendien vraagt het Studiehuis vaardigheden van leerlingen die ze nog niet aankunnen. Zaken als plannen, organiseren en structureren zitten in het brein op een plek die zich pas na het zestiende of zeventiende jaar goed ontwikkelt. Met name het maken van keuzen waarin emotionele aspecten zitten, sociale relaties in het geding

zijn of consequenties voor verder in de toekomst moeten worden overwogen, is om diezelfde reden voor jongeren moeilijk. Toch wordt van hen verwacht dat ze beslissingen nemen die hun leven sterk kunnen beïnvloeden, zoals een vakkenpakket of een studie.

Biologische ritmes

Met het verspreiden van kennis over hersenontwikkeling wil Jolles ouders en leerkrachten informatie aanreiken die hen kan helpen een puber beter te begeleiden. Jolles wil voorkomen dat ouders en leerkrachten die ontwikkeling dan maar op zijn beloop laten. Ieder kind in zijn eigen tijd, is voor hem op dit onderwerp geen optie. "Men denkt dat

als..' of 'wat zou jij voelen als...' Een virtuele beleving, eigenlijk. De leerling doet dat niet uit zichzelf. Leerkrachten en ouders moeten daartoe motiveren en inspireren. Daarbij kunnen ze putten uit eigen ervaring; een voordeeltje van het ouder zijn!"

Nog een praktisch voorbeeld van de relevantie van biopsychologische inzichten. Het beeld van de vermoeide puber in het eerste lesuur: onderuitgezakt en ongeïnteresseerd geeuwt de leerling tot de les voorbij is. De leerkracht ergert zich kapot, maar kan het kind hier wel iets aan doen? Al aan het begin van de adolescentie verschuiven biologische ritmes. Het hormoon dat slaap

Zaken als plannen, organiseren en structureren zitten in het brein op een plek die zich pas na het zestiende of zeventiende jaar goed ontwikkelt.

als je stelt dat de hersenen nog niet rijp zijn op die leeftijd, je dus maar moet wachten tot dat wel zo is. Integendeel!

Ontwikkeling van de hersenen moet juist worden gestimuleerd. De omgeving, ouders, leerkrachten en leeftijdsgenoten, spelen daarbij een belangrijke rol."

Zonder gerichte prikkeling van de omgeving groeien de hersenen namelijk niet optimaal uit en ontwikkelen de relevante functies zich niet goed. Het gaat dan vooral om integratie van zaken als het motorisch handelen, het gebruik van talige informatie, het werken met complexe visuele informatie en het leren kiezen van de juiste strategie.

Virtuele beleving

Consequenties van acties en keuzen leren overzien, is ook een onderwerp van deze levensfase. Daarbij gaat het vooral om de middellange en lange termijn, een maand, een jaar, of over tien jaar. Aan kinderen vertellen dat iets gevaarlijk is, heeft meestal weinig zin. Dat is informatie zonder gevoelsbetekenis, 'platte' kennis. Als een kind een keer valt op die gevaarlijke skatehelling, beseft het wél dat er gevolgen kunnen zijn. Moeten leerlingen dan eerst alles zelf ervaren? "Dat is zeker niet nodig", vertelt Jolles. "Een goed alternatief is om met leerlingen een mentale voorstelling te maken van die consequenties. Je kunt dat doen met vragen als 'wat zou er gebeuren

opwekt, komt pas midden op de avond vrij. Pubers zijn daarom 's avonds nog niet moe, gaan te laat naar bed, maar worden wel om half negen weer fris op school verwacht. "Een kind dat met zijn hoofd op zijn handen leunt, is niet de leraar aan het pesten, maar gewoon echt moe. Met dat inzicht zouden roostermakers bijvoorbeeld vakken die inzicht vereisen, later op de dag kunnen plannen. Ook ouders en leerkrachten kunnen daar een bijdrage aan leveren, met name door zelf ook contact te onderhouden. Ouders willen meestal graag een rol spelen bij het begeleiden van hun kind, maar moeten dan wel weten wat er speelt. Er ligt een mooie taak in het helpen van hun kind, bijvoorbeeld door diens dag- en weekschema beter in de gaten te houden. Ook de zestien-, zeventien- en achttienjarigen zijn nog niet goed in staat te plannen. Ook al vinden ze zelf van wel", stelt Jolles. |

Dit artikel kwam tot stand met gebruik van eerder gehouden interviews met Jelle Jolles in: Psychologie Magazine, J/M, NRC Handelsblad, de Volkskrant, Bij de Les en Didaktief.

Kijk voor meer informatie op www.hersenenleren.nl of op www.jellejolles.nl.



Vele leraren hebben het gevoel dat de huidige leerlingen hen dikwijls boven het hoofd dreigen te groeien. De 'baas' zijn in je eigen klas lijkt niet altijd meer vanzelfsprekend.' Met deze inleidende woorden zet de Belgische auteur Eddy van Mossevelde in zijn boek 'Pubers in de klas' meteen al de toon. Van Mossevelde pleit voor krachtig leiderschap en aandacht voor de communicatieve aspecten van het leraarschap.

Eddy van Mossevelde is psycholoog en directeur van een school voor voortgezet onderwijs in Zele (België). Zijn belangstelling voor moeilijke leerlingen blijkt niet alleen uit zijn boeken: Moeilijke leerlingen (1986), De klas in de hand (1996) en Pubers in de klas (1999). Ook de vele praktijkvoorbeelden die hij zo uit zijn mouw schudt, laten een schat



met pubers, hoe doe je dat?

aan ervaring zien. Hij heeft een begrijpende blik - let wel: begrijpen is niet goedkeuren - en vindt het gedrag van de pubers van nu niet lastiger dan twintig of dertig jaar geleden. Zijn aanpak is wel veranderd. De mondiger en minder autoriteitsgevoelige leerling kan bij hem rekenen op een meer directe benadering.

Waarom legt u zo de nadruk op tucht en leiderschap in de klas?

"Het onderwijs is een directief systeem waarbij ik ervan uit ga dat de leraar de baas is en de leerlingen volgen. De school bepaalt de leerstof en het curriculum; in essentie wordt de leerstof dus van bovenaf aangeboden. Daaruit volgt automatisch dat een leraar de leider in de klas is. Waarmee ik niet zeg hoe hij of zij dat leiderschap vorm moet geven. Dat kan op vele manieren. Leerlingen leiden is geven en nemen, luisteren en spreken, begeleiden en respecteren. Gisteren vertelde een leraar op mijn school nog dat ze strenger wilde zijn in de klas. Zij is een gemoedelijke jonge dame die veel lacht en ik heb haar gezegd dat niet te doen. Mijn advies aan haar was om zo vlug

mogelijk terug te gaan naar de inhoud van de les. Het werkt beter om aan het eind van de les met de leerling apart over zijn of haar gedrag te praten. Een leerling die de les verstoort, heeft nu eenmaal een heel publiek, terwijl de leraar er op dat moment alleen voor staat."

Wat is uw geheim?

"Ik maak veel gebruik van humor en onverwachte reacties. Leerlingen staan dan perplex. Elke situatie is natuurlijk weer anders, maar de essentie is dat je als leraar de touwtjes in handen houdt. Dat verwachten leerlingen ook. Ze zullen proberen tot hoever ze kunnen gaan."

Hoe denkt u over straffen en belonen?

"Toen ik vroeger zelf de klas werd uitgestuurd, juichte ik triomfantelijk met mijn handen boven mijn hoofd. Mijn beloning was de reactie van de klas en dat was veel belangrijker dan de straf van de leraar. Je moet dus wel weten of jouw sanctie effect heeft anders kun je die beter achterwege laten. Belonen is altijd beter zal elke psycholoog bovendien zeggen.

Spijbelende pubers

Ongeveer een derde van de leerlingen in het voorgezet onderwijs spijbelt wel eens. Het CBS constateerde in een onderzoek bij havo- en vwo-leerlingen zelfs dat vijftig procent wel eens verzuimt. Het percentage was voor jongens en meisjes gelijk. Zo'n zeventig procent hiervan spijbelt incidenteel. De resterende dertig procent spijbelt structureel, wekelijks of dagelijks. Jongeren uit deze groep vallen vaak ook op andere vlakken op, bijvoorbeeld met agressief en impulsief gedrag, roken en drinken, betrokkenheid bij vechtpartijen, en op school slechte prestatie en schorsingen. De redenen voor spijbelen zijn zeer uiteenlopend. Een algehele tegenzin tegen de les of de school, kan al leiden tot een keertje overslaan. Ook druk van leeftijdsgenoten speelt een rol, bijvoorbeeld als er gepest wordt, of als een kind er juist graag bij wil horen.

Scholen kunnen de afwezigheid van leerlingen goed in de gaten houden, en de reden voor het spijbelen achterhalen. Straffen lijkt het probleem niet op te lossen. Wel kan het zinvol zijn de leerling binnen de betreffende les een actievere rol te geven. Dat vergroot de motivatie en de eigen verantwoordelijkheid. Een positieve benadering, ook in samenwerking met de ouders, blijkt het meest effectief. Als de leerling weer gemotiveerd raakt om ergens naar toe te werken, zoals een vervolgopleiding, dan zal deze minder spijbelen. Ook faalangst en zelfvertrouwen zijn thema's die bij een spijbelend kind aandacht behoeven. Hier is complimenten geven, zoeken naar waar een kind goed in is en de inspanning van de leerling waarderen, zelfs als het resultaat niet het gewenste is. Wanneer het spijbelen desondanks aanhoudt, is het goed professionele hulp te zoeken.

Bron: www.opvoedadvies.nl

Maar dat heeft geen enkele zin als de leerling jou niet respecteert. Omgekeerd is respect van de leraar voor de leerling natuurlijk net zo belangrijk."

Hoe kan een leerkracht het beste reageren op storend gedrag?

Daar is geen pasklaar recept voor aangezien elke leraar er anders uitziet en overkomt. Misschien kan ik het beste een voorbeeld geven. Veertien dagen geleden kwam een nieuwe leerkracht naar mij toe omdat hij moeilijk overweg kon met een zeer onrustige derdejaars klas. We hebben het dan over leerlingen van veertien en vijftien jaar. Dat is meteen de moeilijkste leeftijd. Ik besloot die klas binnen te gaan en gooide de deur met een harde smak dicht, zogenaamd om te laten zien dat ik kwaad was. De klas verstomde en werd meteen kalm waarop ik zei: 'Ik wil dat jullie rustig werken.' De leraar kwam na de les naar mij toe en vertelde dat hij aan de leerlingen



had gevraagd hoe ze les van hem wilden hebben. In mijn ogen is hier sprake van een onduidelijke situatie. Niet de klas bepaalt de manier van lesgeven, maar de leraar zelf. Hij verwarde dat met het gedrag van de leerlingen die vooral duidelijkheid willen. Erover praten met collega's en zien hoe zij het doen, kan een duwtje in de goede richting geven."

Wat kan een leerkracht doen om lastig gedrag te voorkomen?

"Preventie is inderdaad het meest belangrijk. Voor mij betekent dat: lessen zo goed mogelijk voorbereiden, gebruik maken van uitdagend didactisch materiaal en de klas binnenstappen met een gevoel van 'ik heb er zin, ik ben blij dat ik hier les mag geven.' Ook spelen met woorden en soepel



reageren op de taal en het gedrag van jongeren horen daarbij. Dat leer je allemaal gaandeweg. Een beginnend leraar moet zich dan ook niet teveel blindstaren op de keren dat het niet goed gaat. Er zijn ook leerkrachten die van nature een open en directe aanpak hebben. Dat merk je meteen aan de reacties van leerlingen."

U hebt het over aandacht geven aan de leerling als persoon en niet aan het gedrag. Hoe ziet dat eruit?

"Veel leraren zien hun leerlingen pas voor het eerst in de les en maken daarbuiten geen contact. Als je weet dat het uit is tussen de jongen en zijn vriendin, vraag dan hoe het gaat. Maak een praatje op het schoolplein of tijdens een voetbaltoernooi. Maar ook in de klas is persoonlijke aandacht belangrijk. Laat merken dat je ziet wat ze doen en luister goed naar wat ze zeggen. Maak daarbij gebruik van lichaamstaal. Zonder lichaamstaal is lesgeven niet mogelijk. Als ik een lezing houd met een monotone stem, aarzelend uitge-



sproken zinnen en een gebogen houding, dan weet ik zeker dat mijn verhaal minder goed overkomt."

Hebt u een tip voor 'noodlijdende' leerkrachten?

"Laat leerlingen zoveel mogelijk zelf werken, nadenken en vragen oplossen. De triadische interventie is een goede manier om ze actief bij de les te betrekken. In plaats van zelf te antwoorden op vragen van leerlingen kun je ook andere nietsvermoedende leerlingen aanwijzen. Hun uitleg zal meer op leerling-niveau gegeven worden en bevordert de onderlinge communicatie. Het is bovendien minder vermoeiend en geeft leraren de mogelijkheid beter te observeren. Want klassenmanagement begint bij observeren." |

Eddy van Mossevelde raadt leerkrachten aan hun bagage over communicatie (niveaus) te vergroten. Meer informatie over zijn boeken en ideeën is te vinden op <http://users.skynet.be/edmoss>.