

DE  
INSPIREERENDE  
LERAAR



ANTON HOREWEG

# WAT STUITERT DAAR DOOR JE KLAS?

Over kinderen met ADHD en hun leraren

LANNOO  
CAMPUS



WAT STUITERT DAAR DOOR JE KLAS?

*Ter nagedachtenis aan Arga Paternotte (1946-2016), stuwende kracht achter de kennisverspreiding over ADHD in Nederland*

*Dit boek is voor alle 'stuiterkinderen' en hun leraren*

ANTON HOREWEG

# Wat stuitert daar door je klas?

OVER KINDEREN MET ADHD EN HUN LERAREN

LANNOO  
CAMPUS

D/2017/45/44 – 978 94 014 4151 3 – NUR 840

Vormgeving omslag: Nanja Toebak, 's-Hertogenbosch

Vormgeving binnenwerk: Mag gezien design, Utrecht

Foto omslag: Shutterstock.com

Tekeningen binnenwerk: Gerrit de Jager

Illustraties binnenwerk: Shutterstock.com

© Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2016

Dit boek is een uitgave van Uitgeverij LannooCampus (Houten). LannooCampus maakt deel uit van Uitgeverij Lannoo nv.

De foto's in en op dit boek worden alleen gebruikt voor illustratieve doeleinden en hebben geen relatie met de werkelijkheid. Ieder persoon die afgebeeld wordt, is een model.

Alle rechten voorbehouden. Behoudens de uitdrukkelijk bij de wet bepaalde uitzonderingen mag niets van deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, door middel van druk, fotokopie, microfilm, of op welke andere wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Uitgeverij LannooCampus

p/a Papiermolen 14-24

3994 DK Houten (Nederland)

Postbus 97

3990 DB Houten (Nederland)

[www.lannoocampus.nl](http://www.lannoocampus.nl)

# INHOUD

Over dit boek	9
Voorwoord	II
Inleiding	13
<b>1</b> Achtergronden van ADHD	17
1.1 Inleiding	17
1.2 ADHD of aandachtttekortstoornis	18
1.3 Jonger dan je zou verwachten	23
1.4 Meisjes met ADHD	24
<b>2</b> Het brein van kinderen met ADHD	27
2.1 Inleiding	27
2.2 De executieve functies en hun rol bij ADHD	28
<b>3</b> Wat zie je in de klas?	51
3.1 Inleiding	51
3.2 Hij is 'altijd' druk	51
3.3 Observeren alleen is niet voldoende	53
3.4 ABC-analyse	55
<b>4</b> ADD	59
4.1 Inleiding	60
4.2 Meisjes met ADD	60
4.3 Naar binnen gericht	62
4.4 Een onrustig hoofd	67
4.5 Vastlopen in chaos	69
4.6 Moeite met navertellen	71
4.7 Een aangepaste instructie voor leerlingen met ADD	71

5	ADHD en bijkomende problemen	75
5.1	Inleiding	75
5.2	ADHD en problemen op school	76
5.3	ADHD, wie stelt de diagnose?	76
5.4	ADHD, sociale ontwikkeling en problemen in de klas	78
5.5	Slaapproblemen en de gevolgen voor in de klas	80
5.6	ADHD en gedragsproblemen	81
5.7	ADHD en zelfbeeld	87
5.8	ADHD en medicatie in de klas	87
6	Als AD(H)D samengaat met andere stoornissen	91
6.1	Inleiding	91
6.2	Het samengaan met andere stoornissen	91
6.3	ADHD en (leer)stoornissen	91
6.4	ADHD en andere ontwikkelingsstoornissen	101
7	Wat kun je doen? Tips voor succesvol leerkrachtgedrag	115
7.1	Inleiding	115
7.2	Positief communiceren	116
7.3	Leerkrachthouding en -handelen	117
7.4	Programma's die je kunnen helpen	120
7.5	Een Goed Gedrag Plan	122
7.6	Wat als het even niet lukt?	123
7.7	ADHD en beloning	125
7.8	ADHD en motivatie	128
7.9	Time out of time in?	131
7.10	Je lokaal	133
7.11	Welke plaats in de klas geef je aan een kind met ADHD?	134
7.12	Inlooproutines	137
7.13	Je rooster	137
7.14	Effectieve instructie	138
7.15	Werken aan de taken	140
7.16	Aandachttekort wat is dat eigenlijk?	141
7.17	Hoe kun je de aandachtspanne verbeteren?	141
7.18	De leerkracht als therapeut	142
7.19	Interne spaak of zelfspraak aanleren	144



8	Overleg met ouders, kind en behandelaars	149
8.1	Inleiding	149
8.2	Contact met de behandelaar	150
8.3	Contact met ouders en het kind	151
8.4	Overleg met andere zorgverleners	153
8.5	Slecht nieuws: hij kan hier niet meer stuiten	154
9	ADHD en schoolvakken	159
9.1	Gym en andere vormen van bewegen	159
9.2	Zelfstandig werken: een crime voor kinderen met ADHD	161
9.3	ADHD en (begrijpend) lezen	162
9.4	ADHD en (verhalen) schrijven	163
9.5	Rekenen	164
9.6	Toetsen	164
9.7	Help! Het is pauze	166
9.8	Huiswerk	168
9.9	Schoolreis en andere uitstapjes	171
9.10	Van basisonderwijs naar voortgezet onderwijs	172
9.11	Er is nog veel werk te doen	173
	Tot slot	175
	Literatuur	176
	Handige websites	181
	Bijlage Diagnostische criteria van ADHD volgens de DSM-5	182
	Register	187
	Dankwoord	190
	Meer lezen?	191



## Over dit boek

Alweer een boek over de problemen van kinderen met ADHD? Is dat niet vreselijk negatief? Alsof ADHD alleen maar kommer en kwel is. Altijd weer die negatieve kanten belichten ...

Ik kan me goed voorstellen dat je dat denkt. Het is ook niet de bedoeling dat dit boek een negatief beeld geeft van kinderen met ADHD of dat je door het lezen van dit boek depressief wordt. Er zijn absoluut positieve kanten aan ADHD. Veel kinderen met ADHD denken snel en associatief, zitten vol creatieve invallen en hebben een (h)eerlijk gevoel voor humor. Ze zijn vaak onbevangen en enthousiast, ze hebben een tomeloze energie en zijn nooit saai.

Sommige mensen met ADHD blinken uit in hun beroep. Juist omdat ze ADHD hebben. Denk maar aan Jochem Myjer (cabaretier), Dolf Jansen (cabaretier), Freek Vonk (tv-bioloog) en Albert Einstein.



Als leerkracht of docent kun je vast prima omgaan met die positieve kanten. Om te zorgen dat je die positieve kanten niet uit het oog verliest en deze juist wel benut, leert dit boek je omgaan met de 'negatieve' kanten. Als je die kant namelijk begrijpt en snapt dat het gedrag van deze kinderen meestal geen onwil is, maar onvermogen, en als je er zo goed mogelijk mee omgaat, dan krijg je vanzelf weer oog voor die positieve kanten.

*Anton Horeweg*  
Leerkracht, M SEN



## Voorwoord

Wat een goed idee dat je dit boek hebt gepakt om meer te weten te komen over kinderen met mogelijk AD(H)D in de klas. Anton Horeweg is zelf een deskundige leerkracht die zelf al jarenlang voor de groep staat en als geen ander weet hoe je kinderen met AD(H)D in de klas kunt herkennen. Wat het boek vooral heel speciaal maakt is dat hij veel bruikbare tips geeft waarmee je direct aan de slag kunt gaan. In dit boek kun je iets lezen over de achtergronden van AD(H)D. Je zult iets leren over de ontwikkeling van het brein en hoe dat soms anders gaat bij kinderen die speciaal zijn. Je zult ook lezen hoe gedrag er uit kan zien in de klas. Kennis over de achtergrond van AD(H)D levert je meer begrip op en dat komt de samenwerking met jezelf en het speciale kind vaak ten goede.

‘Meester Anton’ weet in veel situaties raad. Hij legt helder uit wat het verschil is tussen ADHD en ADD en beschrijft welk gedrag daarbij past. Je leert iets over bijkomende problemen en krijgt meer helderheid over de combinatie AD(H)D en specifieke leerproblemen zoals dyslexie en dyscalculie. De theorie gaat leven door de vele voorbeelden uit de praktijk. Bovendien geeft hij een helder overzicht van hoe AD(H)D zich kan manifesteren bij de verschillende schoolvakken.

Anton nodigt je ook uit om naar je eigen gedrag te kijken en geeft handige tips wat je mogelijk anders zou kunnen doen. Door meer begrip te kweken voor wat AD(H)D is en handvatten te geven, hoopt Anton dat de bijzondere leerling geholpen kan worden met zijn onhandigheden zodat hij of zij kan uitblinken in dat wat hij goed kan. Zijn boek gaat je daar echt bij helpen!!!



*Anneke E. Eenhoorn*

Klinisch psycholoog/psychotherapeut/cognitief  
gedragstherapeut



# Inleiding

*'Ik kan beter naar een andere school gaan.'*  
*'Kan je daar dan wel stilzitten?'*

In een vaak terugkerende droom zie ik wat ik altijd al wilde doen. Ik wil een boek schrijven over een stoornis die volgens sommige mensen niet bestaat en volgens anderen vooral een modegril is. Bedacht door farmaceuten in samenwerking met werkloze psychiaters en uitgedragen door vrouwelijke leerkrachten die niet kunnen omgaan met druk jongetjesgedrag, en door ouders die excuses zoeken voor het gedrag van hun onopgevoede kinderen. Tot zover mijn droom. Want dromen zijn bedrog en ADHD bestaat wel degelijk. Ik heb veel kinderen met ADHD voorbij zien komen, met of zonder medicatie, met of zonder ernstig probleemgedrag en één ding hadden zij gemeen. Zij hadden echt ADHD, zij waren niet onopgevoed, sommige hadden (nog) geen (al dan niet werkloze) psychiater gezien, hadden ook (nog) geen pillen en zaten bij mij in de klas, dus niet bij een juf die niet tegen drukke jongens kon.

ADHD: geen kind vraagt erom, maar sommigen hebben het wel. Dat is lastig, het brengt ze soms in moeilijkheden en soms op de rand van wanhoop. Soms lijkt het alsof niemand hen snapt. Niemand die begrijpt dat ze al die onhandige dingen niet expres doen waardoor op den duur niemand ze meer leuk lijkt te vinden. Ook de juf niet, ook de meester niet. En dat terwijl ze vooral gewoon een kind zijn en massa's leuke dingen in zich hebben. Soms zelf nog meer *omdat* ze ADHD hebben.

Kunnen wij, als leerkracht of docent, deze kinderen helpen? Absoluut. En dat kunnen we door onszelf te helpen. Door te leren begrijpen wat ADHD inhoudt, door te leren begrijpen wat deze kinderen niet kunnen, maar vooral ook wat ze WEL kunnen. En wat wij als leerkracht of docent kunnen doen om dat mogelijk te maken.

ADHD hebben is ingrijpend. Voor het kind en voor zijn omgeving. Maar daar hoef je niet meteen heel somber van te worden. Er is vaak door kleine veranderingen of met kleine aanpassingen beter mee om te gaan. Want ermee omgaan, moeten we met zijn allen. ADHD is namelijk een stoornis en gaat dus niet weg. Maar als je op school in staat bent de sterke kanten van deze kinderen te belichten en te benutten en het gedrag, dat soms echt niet handig is, te zien als onmacht, kijk je al een stuk positiever naar ze. En dat voelen ze. En daarna kun je ze helpen om de onhandige dingen beter te doen. Denk niet dat zoiets snel gaat, maar de aanhouder wint.

Jouw houding als leerkracht of docent doet er echt toe. Meer dan je soms denkt; ik sprak een jongetje met ADHD (hij is inmiddels volwassen, maar het blijft een druk jongetje), die vertelde dat hij ongeveer 60% van zijn basisschooltijd op de gang doorbracht. Je verwacht misschien dat zoiets tegenwoordig niet meer voorkomt, maar helaas, het komt nog steeds voor. Laatst verzuchtte een collega nog toen we bespraken wat deze kinderen zou helpen: 'Voor je het weet zitten ze allemaal op een skippybal.' En hij bedoelde dat niet positief. Ik zou denken: Als die skippybal helpt, doen! Misschien kan dit boek jouw skippybal zijn.

### **'Wat heb ik nu weer gedaan?'**

Thomas (11 jaar, ADHD) is nieuw in de klas. Hij heeft al twee scholen gehad waar het niet heel goed met hem ging. Hij vertoonde behoorlijk storend gedrag en had op beide scholen vaak ruzie met de leerkracht. Zij vonden hem heel druk en als hij daarop gewezen werd, was Thomas vrij brutaal. Thomas zelf vond overigens dat ze te veel op hem letten. In groep 7 komt hij binnen, een nieuwe klas, een nieuwe school. Het schooljaar is dan al een half jaar oud. De eerste week blijkt dat Thomas inderdaad veel praat en, nog vaker, door de klas loopt. Opvallend is dat hij bij dat lopen eigenlijk niemand stoort, maar met zijn werk schiet het zo natuurlijk niet op.

De leerkracht vermoedt dat Thomas erg goed is in toneelspelen. Hij is grappig en gevat in zijn antwoorden. Na schooltijd vraagt de leerkracht Thomas even te blijven. Die reageert heel defensief: 'Wat heb ik nu weer gedaan? Ik deed toch niks? Waarom moet ik blijven?'

Nadat de leerkracht rustig heeft uitgelegd dat hij gewoon even wil horen hoe hij zijn nieuwe school en klas vindt, wordt Thomas wat rustiger. Als hij daarna aan Thomas vraagt of hij samen met hem een klein toneelstukje wil opvoeren voor de klas, vindt Thomas dat te gek. Hij is dol op drama.

De leerkracht vraagt of Thomas met hem voor wil doen hoe sommige kinderen reageren



als ze een terechtwijzing krijgen omdat ze storend bezig zijn. Thomas mag lekker overdrijven. Hij vraagt ook of Thomas wil helpen samen te laten zien hoe je op een betere manier kan reageren.

Thomas is echt heel verrast. Zo'n leuke opdracht wil hij elke dag wel. Hij is hier nog maar net en nu kiest de meester hem al uit voor zo'n gave opdracht. Het toneelstukje wordt een groot succes, want Thomas kan echt heel goed spelen en is ontzettend gevat. De klas ligt in een deuk en Thomas' aanzien stijgt met sprongen. Het grappige is dat Thomas daarna, als hij zelf wel eens tot stilte wordt gemaand, zonder veel problemen aan dat verzoek voldoet. Uiteraard wel zolang hij het volhoudt.

Uit dit verhaal blijkt dat Thomas niemand wil storen; hij loopt wel veel, maar stoort er niemand mee. Hij kan alleen niet zo lang stilzitten. De leerkracht vermoedt een sterke kant van Thomas en pakt die aan om de groep een van Thomas' goede kanten te laten zien. Hij zorgt er bovendien voor dat Thomas bijna ongemerkt inzicht krijgt in hoe je kunt reageren bij een terechtwijzing. Thomas op zijn beurt merkt dat de leerkracht hem begrijpt en zijn goede eigenschappen waardeert. Hij, Thomas, mag er zijn. En als je dan eens terecht wordt gewezen, weet je dat je misschien iets fout doet, maar dat je niet fout bent. Dat maakt het een stuk leuker op school. Als je denkt dat dit verhaal verzonnen is, heb je het mis. Thomas bestaat echt (zij het onder een andere naam) en dat jaar hadden Thomas en ik een heel gezellig jaar. Is werken aan gedrag ingewikkeld? Soms wel, maar lang niet altijd. De kern is geloven in mogelijkheden.

*Vaak leiden verrassend kleine ingrepen tot verrassend goede oplossingen.*

*Doel van dit boek is dan ook:*

*Het gedrag van kinderen en jongeren met ADHD beter leren begrijpen. Begrip voor het gedrag is overigens niet hetzelfde als alles goed vinden! Als je begrijpt waarom een kind bepaald gedrag vertoont en weet dat het daar niet voor 'kiest', kijk je vaak al heel anders naar de situatie. Dit boek biedt je de benodigde achtergrondkennis.*

*Je handvatten te geven voor het maken van een plan (netje) ter verbetering van de situatie. Ik schrijf hier expres niet: ter verbetering van het gedrag van het kind. Misschien helpt het namelijk als de leerkracht ander gedrag vertoont of als je de omgeving aanpast. Dat hoeft vaak niet groots en ingrijpend te zijn, je kunt gewoon klein beginnen.*



ADHD

# I

## Achtergronden van ADHD

*‘Ik word zo moe van (de drukte) mijn hoofd.’*

### 1.1 Inleiding

In dit hoofdstuk bekijken we beknopt de theorie. Hoe komt het dat kinderen met ADHD problemen hebben? Wat gebeurt er in hun brein? Wat gebeurt er juist niet? ADHD wordt hier bekeken in relatie tot de executieve functietheorie. Executieve functies zijn gebieden in je brein die je gedrag en leren aansturen, daarover later meer

Misschien vind je dit een raar begin van een praktisch boek. Een boek dat vooral gaat over hoe je in je klas problemen met deze kinderen kunt voorkomen (en daarmee meteen voorkomt dat zij problemen met jou krijgen), dat begint met een theoretische verhandeling. Toch is dat volgens mij nodig. Ik zal het uitleggen.

Veel kinderen met ADHD zijn voor leerkrachten storend. Dat klinkt misschien niet aardig, maar in de praktijk wordt dat vaak echt zo ervaren. Wat er daarna gebeurt, gewild of ongewild, is dat leerkracht en kind in een negatieve spiraal terecht komen: de vicieuze valkuil.<sup>1</sup> De leerkracht vindt de leerling ongemotiveerd, lui en druk. De leerling vindt de leerkracht oneerlijk, streng en niet aardig.

Ik denk dat het veel uitmaakt als je iets weet over de achtergrond van het zichtbare gedrag bij ADHD en dat je dan heel anders kijkt naar casus 1.1.

### Casus 1.1 Jeroen negeert de leerkracht

Jeroen (9 jaar, ADHD en ODD) zit in de rekenles achterstevoren. Dat is niet de eerste keer vandaag, want even daarvoor heeft Gerdien, de leerkracht, hem al twee keer gewaarschuwd. Gerdien weet dat Jeroen druk is en ze is een vriendelijke, bevlogen leerkracht, dus is ze naar Jeroen toegelopen en heeft ze hem op een vriendelijke manier gevraagd beter op te letten en zich niet om te draaien, maar zich, goed zittend op zijn stoel, beter te concentreren.

Gerdien heeft keurig het doelgedrag benoemd, namelijk: 'Ik wil dat je je nu omdraait en je probeert goed te concentreren de komende minuten.'

Maar klaarblijkelijk heeft deze pedagogisch goed uitgevoerde interventie weinig effect op Jeroen. Gerdien voelt dat ze een beetje geïrriteerd raakt door het gedrag van Jeroen. Het maakt niet uit in welk groepje ze hem zet, hij zit heel vaak te praten. Het lijkt wel of hij gewoon lak heeft aan wat ze zegt. Zelfs als ze hem rechtstreeks aanspreekt, doet hij soms alsof ze er niet is. Hij reageert dan in eerste instantie niet, maar pas enkele ogenblikken later.

Situaties zoals in casus 1.1 komen heel veel voor in de klas. Er is (nog) niets geëscaleerd, maar het kind lijkt niet te doen wat jij als leerkracht wilt. Bovendien negeert hij je ook nog eens. Dat is toch echt iets waar de meeste leerkrachten niet tegen kunnen. En terecht. In de loop van dit hoofdstuk zul je zien wat de mogelijke oorzaak van dit probleem is en dat Jeroen daar misschien niet altijd wat aan kunt doen. Dat kun je natuurlijk nog steeds vervelend vinden, maar het is fijn om te weten dat Jeroen geen anti-leerkracht offensief is begonnen, maar sommige dingen gewoon (nog) niet kan.

## 1.2 ADHD of aandachttkortstoornis (al dan niet met hyperactiviteit en impulsiviteit)

*Als je één kind met ADHD hebt gezien, dan ... heb je er één gezien!*

In een boek over ADHD is het goed om uit te leggen wat ADHD is, hoe vaak het voorkomt en welke varianten van de stoornis er bestaan. Hieronder kun je daarover lezen. Eerst een waarschuwing vooraf. Er is natuurlijk nog steeds een felle maatschappelijke discussie aan de gang over de zin en onzin van ADHD. Weten-

# WAT STUITERT DAAR DOOR JE KLAS?

## Over kinderen met ADHD en hun leraren

De titel van dit boek 'Wat stuitert daar door je klas?' is niet zomaar gekozen. Soms stuiten deze kinderen letterlijk door je klas. Het gedrag van kinderen met ADHD kan hoge eisen stellen aan de leraar, zowel in het basis- als in het voortgezet onderwijs. Andersom stelt de schoolomgeving hoge (soms onmogelijke) eisen aan een kind met ADHD. De leraar heeft de taak de eisen 'passend' te maken, dit boek kan daarbij helpen. Het biedt je achtergrondinformatie over ADHD, ADD en bijkomende stoornissen, gecombineerd met herkenbare verhalen uit de praktijk en waardevolle tips voor in de klas.

**'Kinderen zijn een groot deel van de dag op school. Leraren spelen een belangrijke rol bij het hanteren van kinderen met ADHD in de klas en het stimuleren van hun ontwikkeling. Dit boek is midden in de roos, en biedt een schat aan praktische informatie waar elke leraar zijn of haar voordeel mee kan doen.'** – Prof. dr. Jan Buitelaar, Verbonden aan Radboudumc en Karakter Kinder- en Jeugdpsychiatrie

Werkt alles uit dit boek bij elk kind? Nee. Als je dat wilt, moet je een sprookjesboek kopen. Ik denk dat je na het lezen van dit boek wel over praktische handvatten beschikt om de kinderen met AD(H)D in je klas te ondersteunen. Want dat kunnen we absoluut. En dat kunnen we door onszelf te helpen. Door te begrijpen wat AD(H)D inhoudt en te begrijpen wat deze kinderen niet kunnen, maar vooral ook wat ze *wel* kunnen. En bovenal, dat je begrijpt dat het soms onhandige gedrag onmacht is, geen onwil.

**'Wat het boek vooral heel speciaal maakt is dat je veel bruikbare tips krijgt waarmee je direct aan de slag kunt in de klas.'** – Anneke Eenhoorn, Klinisch psycholoog/psychotherapeut/cognitief gedragstherapeut



ANTON HOREWEG is gedragsspecialist (MSEN) en ruim dertig jaar leraar in het basisonderwijs. Hij is auteur van diverse onderwijsboeken, waaronder: *Gedragsproblemen in de klas in het basisonderwijs* en *Gedragsproblemen in de klas in het voortgezet onderwijs* en van de website [www.gedragsproblemenindeklas.nl](http://www.gedragsproblemenindeklas.nl). Anton Horeweg heeft zitting in Expertteams Project Leer-Kracht: (NCO) en Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie (KCKP). Daarnaast is hij veelgevraagd spreker op scholen en congressen.

