

Leerlingen met ADHD/ADD ; strategieën.

Kinderen met ADHD/ADD drijven ouders en leerkrachten vaak tot wanhoop. Waarschijnlijk komt dit omdat de gewone opvoedregels bij hen niet lijken te werken. Het uitstekende Amerikaanse boek *Teaching teenagers with ADHD/ADD* geeft een aantal goede tips en strategieën.

Als je de leerling met ADD of ADHD niet kunt veranderen, verander dan de omgeving.	Zelfs met medicatie en gedragstherapieën verminderen sommige symptomen van ADHD/ADD niet. Als de leerling nog steeds vergeet zijn huiswerk mee te nemen, schakel de ouders in en fax of e-mail zijn huiswerk door. Bestel eventueel dubbele boeken. Het belangrijkste is dat hij het examen haalt.
Ontdek waardoor zijn lastige gedrag getriggerd wordt.	Speel voor detective. Als blijkt dat het vooruitzicht een nieuwe leerkracht te krijgen negatief gedrag tot gevolg heeft, bereid de leerling dan voor op de verandering, of zorg voor een extra hulp tijdens een wenperiode voor leerling en leraar.

Gedragstherapie – belonen en straffen – helpt bij leerlingen met ADD/ADHD niet zo goed als bij anderen.

Een zoon met ADHD verontschuldigde zich bij zijn moeder door te zeggen: "Sorry mam, het lijkt bij mij niet te helpen."

"Vierentwintig uur per etmaal moet je op je hoede zijn, en als je dan één keer uit je slof schiet, krijg je van iedereen te horen dat je het niet goed doet. De buurvrouw klaagt, de juf ziet het niet meer zitten, de andere kinderen nemen geen vriendjes meer mee naar huis en je echtgenoot blijft extra lang overwerken. Ondertussen spookt het sippe gezicht van je kind door je hoofd als je geïrriteerd bent uitgevallen. Alsof ze wil zeggen: Ik weet ook niet hoe het komt."

Uit: *Het is ADHD. Informatie over diagnose, behandeling en aanpak*. Arga Paternotte en Jan Buitelaar. Verschijningsdatum medio november 2004. ISBN 90-806674-4-7.

Een overzicht van interventies bij ADHD:

Negeer licht ongepast gedrag.	Merk de leerling op als hij goed gedrag vertoont en beloon hem ervoor.
Gebruik positieve feedback.	Meteen, consistent, en vaker tegenover kinderen met ADHD dan aan anderen.
Gebruik krachtigere beloningen.	Kleine beloningen merken deze kinderen nauwelijks op. Geef materiële beloningen, zoals een coupon om hun

	laagste cijfer te laten verdwijnen, of een beloning van een ouder.
Prijs het deel van de opdracht dat hij wél gedaan heeft.	Als de leerling wel begonnen is maar daarna heeft zitten dagdromen, zeg je: "Je hebt de eerste vijf vragen af, wat goed, nu nog de laatste drie."
Zorg voor consequenties die instructief zijn, niet alleen maar bestraffend.	Straffen alleen is meestal niet effectief. Meestal gaan deze kinderen kort daarna opnieuw in de fout. Beter is het om ze te straffen, maar óók het gewenste gedrag te laten zien. Als een leerling bijvoorbeeld consequent zijn boeken vergeet, zorg dan dat zijn moeder of vader of vriend de goede boeken naar school brengt/bij zich heeft.
Leer gewenst gedrag aan, begin op het niveau van de leerling.	Onaangepast gedrag kan niet in een week veranderen. Beloon elke kleine verbetering.
Gebruik de straffen en consequenties op een verstandige manier.	Meteen, consistent, kort en redelijk. Richt je commentaar op het gedrag en niet op de leerling zelf. Dus niet: "Jij bent lastig." Maar wel: "Wat je doet, is niet in de haak."
Vermijd te strenge straffen.	Het conflict zal escaleren als de straf te streng is.
Herhaal de consequenties.	Ga niet steeds strenger straffen; uiteindelijk leert de leerling het wel.
Gebruik logische consequenties.	Zorg dat consequenties logisch zijn en niet gezien worden als een straf. Dus: "Je hebt je klassenwerk niet af, maak het na school af en lever het morgen in." Voorkom dat er een machtsstrijd ontstaat.

Uit: *Teaching teenagers with ADD/ADHD*.

Soms is het moeilijk beloningen te bedenken. Dan kan het een idee zijn om de leerlingen zelf een lijst te laten opstellen met tien of twintig mogelijk beloningen. Gebruik de medeleerlingen om gepast gedrag 'voor te leven'. Iedereen weet dat ongepast gedrag doorgaat zolang de klasgenoten erom blijven lachen. Daarom is het belangrijk dat de docent de andere leerlingen leert hoe ze met ongepast gedrag moeten omgaan.

Erik zei in het begin vaak "Hou je kop" tegen de juf. De andere kinderen moesten hierom lachen. Nu weten ze dat dat niet goed is.

De docent moet wel kunnen uitleggen wat de leerling verkeerd doet zonder hem belachelijk te maken. Bijvoorbeeld:

“Het is voor Erik heel moeilijk om lang aan zijn opdracht te werken. Na een paar minuten wil hij liever kletsen. Hij wil wel leren beter zijn best te doen. Daar moeten wij hem bij helpen door niet in te gaan op zijn grapjes of geklets. We kunnen bijvoorbeeld even op ons boek tikken en hem zo aan zijn opdracht herinneren.”