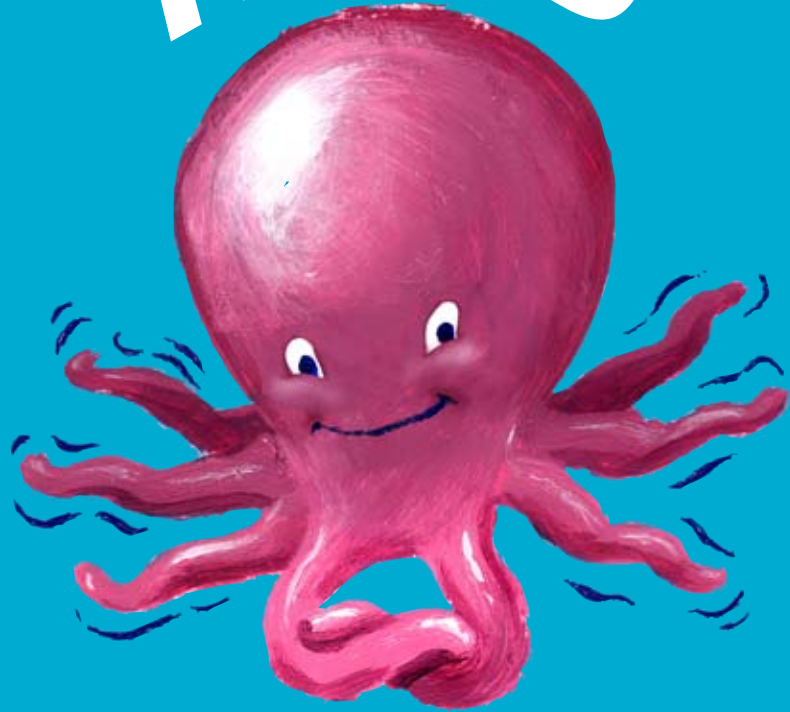


ADHD



toolkit

Spelenderwijs gedrag veranderen

Marina Danckaerts & Ilse Dewitte
i.s.m. ICS/CLB Leuven

Research en redactie

Marina Danckaerts en Ilse Dewitte
Universitair Psychiatrisch Centrum-KULeuven

Eindredactie, opmaak en productie

www.impressantplus.eu

Met dank aan

de Koning Boudewijnstichting en de Nationale Loterij
het Vlaams Ministerie van Onderwijs en Vorming

InternettenSamenwerkingsCel:
vrije-CLB-koepel, koepel OVSG, koepel POV, GO!

Leuvense CLB-centra en hun scholen
VCLB: Christel Verbeeck
CLB GO! Leuven-Tienen-Landen: Georges Baeten en Greet Borremans

GBS Heestert

vzw Die-'s-lekti-kus en vzw Zitstil

Deze handleiding maakt deel uit van het project 'ADHD Toolkit'

tekstje komt nog

Hallo beste lezer,

ADHD Toolkit is een spel voor twee spelers: een leerling (met ADHD) en een leerkracht. Het is een werkinstrument voor leerkrachten om kinderen met ADHD doelgericht te begeleiden naar meer adequaat gedrag.

Iedere leerling met ADHD heeft specifieke werkpunten op school: gedragingen die niet zo goed lukken, maar wel wenselijk zijn voor de leerling of gedragingen die vaak voorkomen, maar storend zijn voor de andere leerlingen, de klas, de leerkracht... Het doel van de toolkit is om op een positieve, speelse manier samen deze werkpunten te verbeteren (of te beseffen dat een bepaald werkpunt gewoon nog niet haalbaar is).

Wij wensen u veel spelplezier en succes!

Marina Danckaerts & Ilse Dewitte

WAAROM DEZE TOOLKIT?

Ondanks het feit dat in de wetenschappelijke literatuur voortdurend het belang van een systematische gedragsaanpak thuis en op school wordt beklemtoond, blijken er weinig voorbeelden te bestaan waarin dit toegankelijk en gebruiksklaar voor leerkrachten is uitgewerkt.

Voor ouders bestaan er meerdere trainingsprotocols, die als een gestandaardiseerd pakket worden aangeleerd, hetzij in groep, hetzij aan een individueel ouderpaar. Zo ontstond het idee om vanuit de polikliniek ADHD van de Universitaire Ziekenhuizen KULeuven voor de Vlaamse scholen een handige toolbox voor leerkrachten te ontwikkelen. Met de steun van de Koning Boudewijnstichting werd een eerste prototype ontworpen. De internettencel van de koepelverenigingen van de respectievelijke CLB-netten zegden hun medewerking toe en de Leuvense CLB's, samen met een aantal bereidwillige leerkrachten uit het lager en bijzonder lager onderwijs brachten hun noden en ervaringen samen om tot een ontwerp te komen dat bij de praktijk aansluit. De eerste voorstellingen van de toolkit konden op algemene bijval rekenen (nationaal en internationaal) en het Ministerie van Onderwijs zegde steun toe om voor elke Vlaamse lagere school en alle CLB-centra een gratis exemplaar te voorzien.

De toolkit is ontwikkeld als een spel tussen leerkracht en leerling om in te spelen op de nood van de leerling met ADHD tot enige 'prikkeling' en extra stimulans. Het spel mag au serieus genomen worden, maar het is de bedoeling dat de leerling aan het einde altijd wint. Zoals in het derde hoofdstuk van deze bundel wordt gesteld: 'we manipuleren de worp, zodat de positieve zijde steeds naar boven komt te liggen'.

De inzet van het spel is de beoogde gedragsverandering bij

het kind. Met andere woorden: de inzet vertrekt vanuit een probleemsituatie, die voldoende ernstig is om wederzijds, bij leerkracht en leerling, de motivatie aan te boren om het spel te willen spelen. Vervolgens ontrolt het spel zich als een geijkte gedragstherapeutische, positief bekrachtigende benadering. Als de leerling erin slaagt het moeilijke gedragspunt bij te sturen (met meer of minder hulp van de leerkracht), dan wint hij/zij. De gedragsveranderingsprincipes die hierbij gevolgd worden zijn geheel volgens de wetenschappelijk aangetoonde werkzame benadering voor ADHD uitgewerkt.

Echter: ook het inzicht, dat kinderen met ADHD écht beperkingen hebben wordt nooit uit het oog verloren. Het spel begeleidt de leerkracht in het aftoetsen van de mogelijkheden van het kind om zelf verantwoordelijkheid op te nemen voor het te veranderen gedrag en laat de leerkracht ook kennis maken met de grenzen van het haalbare. Zo wordt voor leerkracht en leerling duidelijk, welk niveau van zelfstandigheid bereikt kan worden en vanaf wanneer er daadwerkelijke hulp en compensatie nodig zijn.

Surf met mij mee op de golven van het internet naar:
<http://www.uzleuven.be/adhd-toolkit>

De tekst van het centrum ZitStil vzw in de andere bundel benadrukt het belang van voorkennis bij leerkrachten die gedragsveranderingen willen bewerkstelligen bij kinderen met ADHD. In die lijn verdient het aanbeveling om vooraleer aan de slag te gaan met de toolkit voldoende op de hoogte te zijn van de betekenis van ADHD voor een kind, van de juiste basishouding t.a.v. een kind met ADHD en van het praktisch gebruik



van deze toolkit. Dat kan door aandachtig alle teksten in de andere bundel door te nemen. Daarnaast worden ook opleidings-sessies georganiseerd door de ontwerpers en wordt getracht de CLB-medewerkers voldoende deskundig te maken in het coachen van het gebruik van de toolkit, zodat leerkrachten ook bij hen terecht kunnen voor verder advies.

We hopen dat de toolkit vooral gebruikt zal worden om de kinderen met het moeilijkste gedrag te helpen, zodat zij 'positief gediscrimineerd' worden. Uiteraard zal deze toolkit ook de aanpak van leerlingen met 'lichtere' problemen inspireren en het ligt in de verwachting dat hij daar zelfs met meer succes ingezet kan worden. We beoogden echter vooral een hulpmiddel te creëren om de moeilijkste groep tegemoet te komen en voor hen een steunend kader van engagement en veranderingsgerichtheid te vormen.



HET SPEL ALGEMEEN p.8

SPELERS
SPELMATERIAAL
DUUR

HET 'ADHD' SCHEMA p.9

HET SPEL p.10

VOORBEREIDING
ACTIEPUNT KIEZEN
24 ActiepuntEN
SPEELFICHE
EVALUATIE
DOEL
DUUR
DE PUNTEN
START

STAP 1: AANMOEDIGEN p.16

STAP 2: DAGELIJKS GERICHT OEFENEN p.18

STAP 3: HULPMIDDELEN GEBRUIKEN p.21

DBK: DAGELIJKSE BELONINGSKAART

STAP 4: DOOR DE VINGERS ZIEN p.29

EINDE VAN HET SPEL p.30

SAMENVATTING p.32

HULPMIDDELTJES p.35

HET SPEL ALGEMEEN

SPELERS

Er zijn 2 spelers: de leerling (met ADHD) en de leerkracht.

SPELMATERIAAL

- Handleiding (overzicht van spelregels, actiepunten, methodiek, hulpmiddelen...)
- Speelfiches: individuele werkbladen
- Signaalkaartjes
- Beloningskaart

komt nog



DUUR

Dit spel duurt meestal meerdere weken (en soms zelfs maanden). Er is wekelijks een tussentijdse evaluatie waarbij de spelers samen beslissen of ze verder spelen.

HET 'ADHD' SCHEMA

Het 'ADHD' schema vormt jullie leidraad bij het proces van gedragsverandering. Ze geeft je een overzicht van de basisregels en -activiteiten en is gebaseerd op de vier stappen die kunnen doorlopen worden:



HET SPEL VOORBEREIDING

ACTIEPUNT KIEZEN

Kies samen met de leerling één of meerdere actiepunten. Gebruik je de toolkit voor het eerst, begin dan met 1 actiepunt. Heb je al ervaring (en de leerling ook) dan kan je met 2 tot 3 actiepunten tegelijk aan de slag. Als je het systeem van de toolkit goed kent, kan je ook eigen actiepunten maken.

24 ACTIEPUNTEN

De toolkit bevat 24 mogelijke actiepunten. Voor elk actiepunt kan je tal van doelen vooropstellen, aangepast aan de leerling, de leerkracht en de klassituatie. De actiepunten zijn herkenbaar als de gedragssymptomen van ADHD (16 punten) en van ADHD-gerelateerd probleemgedrag (8).

De meeste actiepunten stellen zich binnen de klas, maar een aantal kan zich vooral buiten de klasmuren voordoen (bv. turnles, speelplaats, klasuitstap). Deze selectie is o.a. gebaseerd op resultaten van een enquête bij leerkrachten, zorgleerkrachten, CLB-medewerkers en ouders over probleemgedragingen bij kinderen met ADHD in de school.

Wij maakten volgende indeling van actiepunten en situaties:

Verbale en motorische impulsiviteit

1. Voor zijn beurt spreken en andere kinderen of de leerkracht onderbreken.
2. Overmatig veel babbelen.
3. Steeds de eerste willen zijn, vooraan willen staan.

Grofmotorische hyperactiviteit

4. Rondlopen in de klas.
5. Te brutaal spelen, te wild zijn op de speelplaats.

Fijnmotorische hyperactiviteit

6. Prullen, friemelen, overal op tekenen, iedereen aanraken.

Aandachtssturing

7. Dromen en afwezig zijn, niet opletten door afleiding.
8. Traag of niet (door)werken.
9. Niet reageren op aanspreking.
10. Veel slordigheids- of aandachtsfouten maken bij notities en/of huiswerk.
11. Veel slordigheids- of aandachtsfouten maken bij invullen van agenda (onvolledig noteren, op verkeerde data, foute opgave).
12. Slordig werken, wanordelijk zijn, niet kunnen organiseren (slordig handschrift, wanorde in de bank, kaften niet in orde).
13. Vergeetachtig zijn (boeken vergeten, huistaken vergeten, zwemzak niet mee...).
14. Veel dingen kwijt raken (jas, bril, brooddoos, pennenzak...).
15. Denkinspanning vermijden.
16. Werk(jes) te oppervlakkig of te snel maken.

ADHD-gerelateerd probleemgedrag

17. Regelmatig een driftbui hebben.
18. Opstandig zijn, koppig 'nee' zeggen, afspraak weigeren te volgen.
19. Anderen de schuld geven van eigen fouten.
20. Anderen opzettelijk ergeren en treiteren.
21. Wraak nemen.
22. Snel gefrustreerd zijn.
23. Fysiek of verbaal agressief zijn.
24. Negatief over zichzelf denken.

DOEL

Bij elk actiepoint stellen jullie het doel voorop: een positieve omschrijving van het juiste gedrag dat wordt gewenst. Vertrek hiervoor van wat het kind met ADHD nog wèl kan, vanuit de mogelijkheden en beperkingen van dit specifieke kind met ADHD. Ga niet uit van wat je verwacht van een 'gemiddeld kind' in de klas.

Per actiepoint kan ook met verschillende doelen gewerkt worden.

Het doel moet concreet omschreven worden. Zo weten jullie wanneer succes is bereikt.

Er wordt best eenvoudig begonnen en beperkt in tijd. Als het eerste doel is bereikt, kan je overgaan naar een meer uitgebreide en algemene doelstelling.

Voorbeeld

Actiepoint: 'de leerling spreekt voor zijn beurt'.

Mogelijk doel: 'Tijdens de taallessen wacht de leerling zijn beurt af'.

Is dit doel bereikt, dan kan je een nieuwe speelfiche maken voor hetzelfde actiepoint, maar met een nieuw doel, bijvoorbeeld: 'Wacht altijd zijn beurt af'.

DUUR

Elke oefenronde duurt 1 week. Aan het einde van die week volgt een puntentelling en vervolgens de beslissing voor de volgende ronde. Geef dit duidelijk mee aan de leerling.

DE PUNTEN

Nog in te vullen als puntensysteem helemaal op punt staat.

START

Als het actiepoint, de doelstelling en de startscore gekend zijn, dan start het spel. De leerling probeert de doelstelling te halen met zo weinig mogelijk hulp van de leerkracht en dit volgens het ADHD-schema.





STAP 1 AANMOEDIGEN

De leerling probeert zo zelfstandig mogelijk, met minimale sturing het doel te bereiken.

Je mag de leerling wel dagelijks meermaals aan het actiepunt herinneren.

Je bent extra alert en **moedigt aan** bij elke inspanning die wordt geleverd rond het actiepunt.

Stelt de leerling het gewenste gedrag (of een gedrag dat in de juiste richting gaat), geef dan onmiddellijk een zichtbare of merkbare **aanmoediging**: knipoog, duim omhoog, echte pluim, schouderklopje, blik van verstandhouding, compliment...

PUNTELLING STAP 1

Na 1 week worden de **punten bepaald** en op de speelfiche ingevuld. Bekijk hiervoor opnieuw de 3 redenen voor verandering (wenselijk voor leerling, storend voor klas, storend voor leerkracht).

Geef opnieuw een aantal punten op 10. Nu bekom je de eerste tussenscore. Bereken het verschil van deze tussenscore en de startscore. De gewonnen punten worden toegekend aan de leerling.

Bekijk ook of er nog verdere verandering wordt verwacht en of je die via dezelfde ADHD-stap kan bereiken.

Voorbeelden PUNTELLING STAP 1

A. De startscore voor het actiepunt was 18/30. Na 1 week werken met stap 1 vinden jullie dat dit nog 6/30 is. De leerling verdient dus 12 punten. Jullie vinden allebei dat er zoveel vooruitgang is dat het gewenste doel helemaal is bereikt. Deze speelfiche is afgewerkt en de leerling heeft gewonnen!

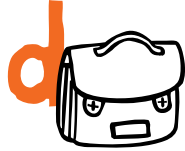
Nu kan je nog werken aan andere actiepunten of voor hetzelfde actiepunt een hoger doel bepalen. Je start hiervoor een nieuwe speelfiche.

B. Op 1 week daalt de startscore van 21/30 naar 17/30. De leerling heeft al 4 punten verdiend. Jullie vinden het haalbaar om nog op dezelfde manier verder te werken en beslissen samen om deze aanpak nog even vol te houden om het effect nog te verstevigen. Er wordt nog 1 week verder gespeeld.

C. De startscore daalt op 1 week van 23/30 naar 21/30. Dat zijn twee punten voor de leerling. Maar jullie vinden dat het niet zo goed lukte het doel te bereiken via stap 1. Er waren teveel momenten waarop het nog steeds moeilijk ging. Daarom spreken jullie af het te proberen met stap 2.

D. De startscore stijgt op 1 week van 19/30 naar 24/30. De leerkracht heeft nu 5 punten verdiend. Het probleemgedrag is dus frequenter geworden in plaats van verminderd. In dit geval moet de doelstelling wellicht aangepast worden en mag je meteen naar stap 2 overgaan.

Als het doel nog niet helemaal is bereikt, kan je een nieuwe ronde van stap 1 doorlopen of overgaan naar stap 2. Dit laatste is in geen geval een mislukking voor het kind of de leerkracht. Er is alleen duidelijk geworden dat de aanpak van stap 1 te weinig aanleunt bij het huidige niveau van functioneren van de leerling en dat stap 1 geen gedragsverbetering kan verwezenlijken.



STAP 2 DAGELIJKS OEFENEN

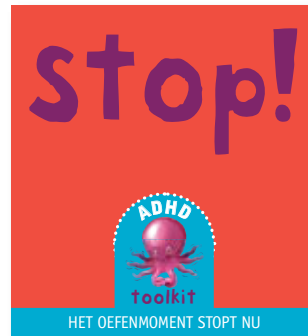
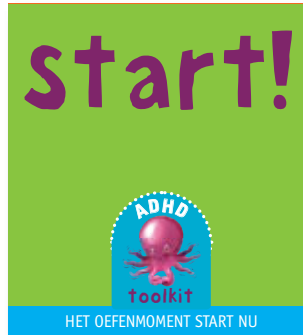
In stap 2 zal meer gerichte ondersteuning worden ingebouwd. De aanmoedelingen uit stap 1 worden aangevuld met **dagelijks gericht trainen op één of meerdere oefenmomenten** die je met de leerling afspreekt: een specifiek lesuur of vak, een situatie, een bepaalde tijdsduur... Een oefenreeks duurt 1 week en bevat liefst 2-3 oefenmomenten per schooldag. Vul een eerste reeks oefenmomenten in op de speelfiche. Vb. elke ochtend van 8u30 tot 9u of tijdens de rekenles; elke dag tijdens de les Frans; elke dag van 15u10 tot 16u of tijdens het kringgesprek.

Bij aanvang van elk oefenmoment geef je een duidelijk startsignaal en moedig je de leerling extra aan om succes te boeken in de afgesproken tijd (je kan dit duidelijk zeggen of hiervoor het kaartje 'start!' tonen).

De tips uit stap 1 blijf je gebruiken tijdens deze oefenmomenten (en daarbuiten).

De leerling wordt enkel geëvalueerd op de oefenmomenten, maar mag uiteraard ook op andere momenten het doel nastreven.

Aan het einde van elk oefenmoment geef je de leerling een stopsignaal (je kan dit opnieuw verbaal aangeven of het kaartje 'stop!' gebruiken). Je evalueert elk oefenmoment door het groene, gele of rode bolletje te omcirkelen.



PUNTELLING STAP 2

Bovenaan schrijf je de tussenscore uit de vorige stap. Na één week bekijken jullie opnieuw de 3 redenen voor verandering en bepalen jullie samen de volgende tussenscore. Het aantal groene, gele en rode evaluaties in een oefenreeks geeft een goed beeld van de moeilijkheidsgraad van de oefening. Je kan de lat hoger of lager leggen door de momenten langer of korter te maken en meer of minder momenten te kiezen.

Voorbeelden PUNTELLING STAP 2

A. De leerling verdient 7 punten, want de tussenscore is op 1 week gedaald van 23/30 naar 16/30.

Bijna alle oefenmomenten werden groen gescoord en ook tussendoor werd herhaaldelijk gedragsverandering op dit actiepoint opgemerkt. Jullie besluiten op te klimmen naar stap 1 van het ADHD-stappenplan.

B. Er is een daling van 19/30 naar 15/30. De leerling verdient 4 punten. De oefenreeks kreeg 80% groene evaluaties. De oefening is dus zeker haalbaar, maar de totale impact is nog beperkt. Hier moet de lat hoger. Daarom verdubbelen jullie de lengte van de oefentijden.

C. De leerling scoort slechts 1 puntje. Er zitten vooral gele en rode evaluaties in de oefenreeks. Dit wijst erop dat de lat behoorlijk hoog ligt.

De oplossing: maak de oefenmomenten wat korter en plaats ze op lestijden waar je meer aandacht kan geven aan de leerling.

D. Er is deze week geen vooruitgang geboekt: geen punten gescoord en bijna allemaal rode evaluaties van de oefenreeksen.

Conclusie: deze oefening is duidelijk te moeilijk. Jullie gaan beter over naar stap 3 van het ADHD-stappenplan: hulpmiddelen gebruiken.

Er kan na stap 2 zowel worden overgeschakeld naar stap 1 met meer verantwoordelijkheid voor de leerling, ofwel binnen stap 2 een extra aangepaste oefenreeks worden bepaald. Als het doel niet helemaal bereikt is, kan je overgaan naar stap 3. Opnieuw wijzen we erop dat dit in geen geval een mislukking betekent voor de leerling. De aanpak leunt duidelijk nog te weinig aan bij het huidige niveau van functioneren van de leerling.



STAP 3 HULPMIDDELEN GEBRUIKEN

In stap 3 wordt nog meer ondersteuning ingebouwd. Deze stap wordt gespeeld zoals stap 2, op welomschreven oefenmomenten. Tijdens de oefenmomenten schakel je extra 'krachten' in: ideeën en hulpmiddeltjes die extra motiverend kunnen werken (met aanmoediging en tijdens vastgelegde oefenmomenten). Per actiepoint zijn er verschillende mogelijke hulpmiddelen. Je vindt verderop een lijstje (maar je mag ook naar eigen inspiratie hulpmiddelen bedenken).

Kies samen één of meer hulpmiddelen die jullie leuk en krachtig genoeg lijken om het spel met succes te spelen. Sommige hulpmiddeltjes moeten wellicht uitgelegd worden aan de klasgenoten.

Signaalkaartjes: in de toolkit zitten 24 kant-en-klare signaalkaartjes, het zijn hulpmiddeltjes of 'krachten' die op de bank kunnen worden gelegd om de leerling aan het actiepoint te herinneren. De afbeelding suggereert het actiepoint of toont wanneer er moet worden geoefend.

Je kan ook zelf een afbeelding zoeken op het internet of in een tijdschrift of zelf iets tekenen. Als jullie dat samen doen, zal het effect ongetwijfeld nog groter zijn. Elke mogelijkheid om een positieve en ondersteunende relatie tussen de leerkracht en de leerling te verstevigen, is van onschatbare waarde.

Als het om een actiepoint buiten de klas gaat, kan de afbeelding bv. op een sleutelhanger worden gekleefd.

Een ander terugkerend hulpmiddel is de **dagelijkse belongskaart (DBK)**.

PUNTELLING STAP 3

Per ingezet hulpmiddel gaat er één punt naar de leerkracht. De evaluatie en puntentelling verloopt voor de rest exact zoals bij stap 2. Bovenaan schrijf je de tussenscore na stap 2. Opnieuw worden de 3 redenen voor verandering gescoord. De nieuwe tussenscore wordt afgetrokken van de vorige. Het aantal gewonnen punten gaat naar de leerkracht.

Als er succes wordt geboekt, kan je opklimmen naar stap 2 of stap 1. Indien niet, dan zet je de dagelijkse beloningskaart (DBK) in of ga je naar stap 4.

Voorbeelden PUNTELLING STAP 3

A. Om te voorkomen dat de leerling telkens voor zijn beurt spreekt, wordt tijdens 3 oefenlessen per dag het 'rode licht'-kaartje goed zichtbaar op de bank geplaatst. Dit herinnert de leerling eraan dat hij dan zijn vinger moet opsteken voor hij praat.

Dit werkt zeer goed. Na 1 week blijkt de tussenscore gedaald van 21/30 naar 4/30. De leerling verdient 16 punten.

Door deze spectaculaire vooruitgang beslissen jullie meteen naar stap 1 te gaan. Een week lang probeert de leerling niet voor zijn beurt te praten, louter door aanmoediging. Dit lukt niet bijzonder goed en de tussenscore stijgt weer naar 14. Jij verdient nu 10 punten.

Jullie besluiten even terug naar stap 2 (Dagelijks gericht oefenen) te gaan. De tussenscore valt terug naar 4/30. De leerling verdient nog eens 10 punten en wint dit spel.

B. Je zet het 'rode licht'-kaartje in maar de leerling blijft praten zonder z'n vinger op te steken.

Jullie overwegen om een DBK in te zetten, maar beslissen dan om over te gaan naar stap 4.

DBK: DAGELIJKSE BELONINGSKAART

Soms is de intrinsieke motivatie van een leerling met ADHD voor een bepaald actiepoint zo klein dat extrinsieke beloningen nodig zijn om de gedragsverandering te bewerkstelligen. Gedurende een beperkte tijd wordt dan een beloningssysteem toegepast.

Omdat het moeilijk is om in de klas met rechtstreekse beloningen te werken zonder dat andere leerlingen zich al te zeer benadeeld voelen, wordt er samengewerkt met de ouders. Inspanningen voor gedragsveranderingen in de klas en op school worden thuis beloond. De Dagelijkse BeloningsKaart (DBK) fungeert daarbij als communicatiemiddel tussen de spelers en de ouders. Er wordt dus een afspraak gemaakt met de ouders, je legt hen het systeem uit, vraagt hun toestemming en medewerking.

Deze kaart is van (leerling) en (leerkracht)
 Datum: van tot
 Werkpunt 1: Doel:
 Werkpunt 2: Doel:
 Een Succesdag? x rood wordt gescoord.

	1	2	3	Succesdag?	Ja/nee
WOENSDAG	● ● ●	● ● ●	● ● ●	Succesdag?	Ja/nee
DONDERDAG	● ● ●	● ● ●	● ● ●	Succesdag?	Ja/nee
VRIJDAG	● ● ●	● ● ●	● ● ●	Succesdag?	Ja/nee

Je vindt een kant-en-klare DBK in de toolkit, maar je kan ook een persoonlijke variant maken die nog dichter aansluit bij het actiepunt van de leerling. Samen een leuk thema en toffe vorm bedenken en de kaart versieren, is van onschatbare waarde voor de motivatie van de leerling en voor de relatie van de spelers.



- Schrijf op de DBK het actiepunt en het doel dat je op de speelfiche invulde.
- Je spreekt met de leerling én de ouders op voorhand het volgende af:

- Wanneer is een dag een 'succesdag'? Bijvoorbeeld: 2 op 3 keer groen of geen enkele keer rood.
- Hoeveel succesdagen zijn nodig voor bepaalde beloningen?
- Je laat de ouders en de leerling samen een aantal motiveerende dagelijkse en wekelijkse beloningen op de achterkant van de DBK schrijven. Eventueel assisteer je hierbij. Verder op vind je een inspirerende lijst van mogelijke beloningen. Het is belangrijk dat de leerling mee kan kiezen, zodat hij/zij maximaal gemotiveerd wordt.
- De DBK gaat elke dag heen en weer van school naar huis en terug. Jij vult de kleuren aan en telt aan het einde van de week met de leerling de succesdagen uit. De ouders duiden de toegepaste beloningen aan.

De beloningen motiveren de leerling om zich meer en meer in te zetten. Die tussenscore wordt na een tijdje een automatisme. De DBK kan dan wegvallen en je kan terugschakelen naar stap 2 of zelfs rechtstreeks naar stap 1, afhankelijk van de scores op de speelfiche. Uiteraard is het gebruik van de DBK een punt voor de leerkracht.

Voorbeelden DAGELIJKE BELONINGSKAART

A. De spelers beslissen om een DBK in te voeren. Samen met de ouders wordt gekozen voor een dagelijkse beloning en een spaarsysteem. Dit motiveert en binnen de week kleuren alle oefenmomenten groen. Er werd elke dag een kleine beloning verdiend en ook de spaarbeloning werd behaald. De tussenscore is gedaald van 23/30 naar 5/30. Het spel lijkt met groot succes uitgespeeld. Voor alle zekerheid wordt nog 1 week naar stap 1 teruggegaan. Ook die week verloopt zeer goed. De tussenscore blijft stabiel. De leerling wint.



B. Na het invoeren van de DBK kleuren de meeste oefenmomenten nog steeds geel. Je legt al na 3 dagen de lat lager door de oefenmomenten in te korten. Dat levert 1 op 2 keer groen. Er kan nu thuis dagelijks beloond worden. Aan het einde van de week zijn er al enkele spaarpunten verdiend. De tussenscore daalde van 19/30 naar 17/30.

C. De leerling is nu duidelijk gemotiveerd. Jullie beslissen om nog een week verder te werken met dit systeem. Die week verloopt goed en nu zijn er voldoende spaarpunten verdiend voor een weekbeloning. Door de kortere oefenmomenten is de weerslag op de tussenscore beperkt. Die daalt slechts verder van 17/30 naar 15/30.

D. De leerling heeft er nog steeds zin in. Dus wordt de lat voor de volgende week opnieuw hoger gelegd met meer en langere oefenmomenten. De leerling verdient bijna dagelijks een kleine beloning, haalt ook de weekbeloning en de tussenscore zakt van 15/30 naar 10/30. Nu willen jullie proberen verdere verbetering te halen zonder de DBK als extra hulpmiddel. Jullie schakelen over naar stap 2.

Voorbeelden van beloningen die ouders op korte termijn kunnen geven thuis (dagelijkse beloningen) en een aantal mogelijke spaarbeloningen (op langere termijn). Deze beloningen worden ingevuld op de achterkant van de DBK. Het is belangrijk dat de lijstjes vrij omvangrijk zijn zodat het kind kan kiezen als in een soort 'menu'kaart. Dit zorgt voor variatie wat belangrijk is voor de motivatie van het kind. De ouders vullen het beloningssysteem thuis verder aan en geven het terug mee naar school.

DAGMENU (dagelijkse beloningen door de ouders thuis)

- snoepje, koekje
- dessert na de maaltijd
- x aantal minuten langer opblijven 's avonds
- een (extra) verhaal met mama of papa voor x minuten
- radiozender in de auto mogen kiezen
- aantal minuten extra badtijd
- tv-programma kiezen
- telefoneren naar een vriendje
- aantal minuten videospelletje
- spelen samen met mama of papa voor x min
- DVD-tijd voor x min
- x eurocent
- een knikker
- een verzamelkaart
- andere dingen die het kind zelf aangeeft

WEEKMENU (wekelijkse of spaarbeloningen door de ouders thuis)

- bij een vriendje gaan spelen
- een vriendje komt spelen
- zakgeld
- fietstocht met mama en/of papa
- dag vrijaf van de huishoudelijke taken
- gezelschapsspel spelen
- gaan zwemmen
- een ijsje/pannenkoek eten
- op restaurant gaan
- naar de film gaan
- gaan vissen
- winkelen

- video huren
- bowlen, minigolf spelen
- iets kiezen in de winkel
- popcorn/oliebollen/pannenkoeken maken
- een vriendje mag komen slapen
- andere dingen door het kind zelf voorgesteld

Het kan soms mogelijk of nodig zijn om beloningen (bv. onvoldoende samenwerking met thuis) toch op school te geven. Daarom is ook een lijstje en een klasmenu voorzien.

KLASMENU

- x min vrije tijd
- plaats kiezen in de klas
- muziek mogen beluisteren tijdens het werken
- de klas helpen opruimen
- het bord afwassen
- de leerkracht helpen
- een tekening maken op het bord
- samen met een vriendje lezen
- voor het klasklavier zorgen
- leerkracht "spelen"
- de boodschapper van de klas zijn
- een klasuitstap mee voorbereiden
- de directeur bezoeken
- extra computertijd
- een leuke nota in het agenda
- mama/papa krijgt een telefoontje met goed nieuws
- foto's mogen nemen
- op een speciale plek mogen eten



STAP 4 DOOR DE VINGERS ZIEN

Elke speler heeft z'n uiterste best gedaan, het doel was niet te hoog gegrepen, er werd hard getraind, hulp geboden en jullie hebben speciale krachten ingezet, maar toch werd geen echt succes geboekt. Om verder onnodige spanningen en frustraties te vermijden, beslissen jullie het spel te onderbreken zonder een winnaar of verliezer uit te roepen. De leerling wordt geheel of gedeeltelijk vrijgesteld van het actiepunten. Je mag wel nog een opmerking geven bij probleemgedrag, maar je verbindt er geen consequenties aan.

Jullie spreken wel af dat er na deze 'speelpauze' (na enkele weken of maanden), een nieuwe recordpoging wordt ondernomen. Bepaal de pauzetijd bij voorkeur in overleg met de CLB-medewerker en de ouders, want ook zij moeten het probleem al die tijd door de vingers zien.

Bewaar de speelfiche, de verdiende punten worden later verrekend. Beginnen na de afgesproken tijd met een nieuwe speelfiche, startend bij stap 3, met hulpmiddelen.

DE KLAS

Het is waarschijnlijk nodig om aan de klas uit te leggen waarom de leerling met ADHD voor een periode wordt vrijgesteld van een opdracht of klasregel die wel blijft gelden voor alle andere kinderen. Hier en daar is er een actiepunten dat niet door de vingers kan gezien worden (bv. agressie) en dan gelden gewoon de schoolregels zoals voor alle andere leerlingen.

EINDE VAN HET SPEL

Het spel kan op 3 manieren eindigen:

- Het actiepoint vormt geen probleem meer voor de leerling, voor de medeleerlingen en voor de leerkracht. De leerling heeft duidelijk gewonnen. Alle spelpunten uit de verschillende rondes mogen worden opgeteld voor een globaal eindresultaat.
- Alle stappen van de toolkit werden doorlopen. Ondanks het harde werk van beide spelers wordt er geen echte doorbraak bereikt in de richting van het vooropgestelde doel. Let wel, dit is een patstelling: er is geen winnaar of verliezer. De spelpunten die al verzameld zijn worden opgespaard tot er een nieuwe recordpoging wordt gewaagd na een spelpauze van enkele weken tot maanden.
- Het actiepoint verbetert via stap 2 of 3, maar zodra wordt geschakeld naar stap 1 verdwijnt die verbetering weer. Het spel kan dan 'oneindig lang duren'. Zodra 2 maal is teruggeschakeld wordt beter een spelpauze afgekondigd. De verdiende punten worden opgespaard voor de volgende poging. De leerkracht kan desgewenst de geboden hulp handhaven zodat de impact van het probleemgedrag minimaal blijft.



SAMENVATTING

- Plan een gesprek met de leerling rond het moeilijk gedrag en vul samen een speelfiche in.
- Vul het actiepunt in als titel van de fiche.
- Ga samen na waarom verandering gedrag nodig is en bepaal de startscore.
- Vul het doel in: wat wil je bereiken?



AAN- MOEDIGEN

STAP 1

- Herinner de leerling dagelijks meermaals aan het actiepunt.
- Verhoog je alertheid en moedig de leerling aan bij elke poging tot verbeteren.
- Als de leerling het gewenste gedrag stelt, geef dan onmiddellijk een concrete aanmoediging (knipoog, schouderklopje, blik van verstandhouding, compliment...).

Evaluatie

- Bepaal tussenscore en winst.
- Deel de punten uit: verschuif de klip.
- Doel bereikt: game over. Bepaal een hoger of ander doel en maak er een nieuwe speelfiche voor.
- Veel verbetering: herhaal stap 1.
- Beperkte winst: naar stap 2.
- Achteruitgang: pas doel aan en ga naar stap 2.



DAGELIJKS OEFENEN

STAP 2

- Kies 1 of meerdere oefenmomenten (les, lesduur, tijdstip).
- Geef de leerling start/stop-signaal bij elk oefenmoment.
- Moedig extra aan.
- Evalueer elk oefenmoment mondeling + geef een score groen (oké), geel (min of meer ok) of rood (niet goed).

Evaluatie

- Schrijf bovenaan de tussenscore na stap 1.
- Bepaal de nieuwe tussenscore en bereken de winst.
- Deel de punten uit: verschuif de klip.
- Doel bereikt: ga terug naar stap 1 of bepaal een hoger of ander doel en maak er een nieuwe speelfiche voor.
- Veel verbetering: meer of langere oefenmomenten.
- Beperkte winst: kortere of minder oefenmomenten.
- Weinig of geen verbetering: ga naar stap 3.



HULPMIDDELEN GEBRUIKEN

STAP 3

- Neem de hulpmiddeltjes van het actiepunt er bij.
- Kies samen één of meerdere hulpmiddelen en herneem de oefenmomenten.
- Evalueer elk oefenmoment mondeling + geef een score groen (oké), geel (min of meer ok) of rood (niet goed).

Evaluatie

- Schrijf bovenaan de tussenscore na stap 2.
- Bepaal de nieuwe tussenscore en bereken de winst.
- Deel de punten uit: verschuif de klip.
- Doel bereikt: ga terug naar stap 2 of bepaal een hoger of ander doel en maak er een nieuwe speelfiche voor.
- Enige verbetering: extra week met stap 3 (andere/meer hulpmiddeltjes).
- Geen verbetering/achteruitgang: ga naar stap 4.



DOOR DE VINGERS ZIEN

STAP 4 Speelpauze

- De leerling wordt geheel of gedeeltelijk vrijgesteld van het actiepunt.
- Ken de winstpunten toe en bepaal duur van de speelpauze.
- Leg de klas uit waarom de leerling vrijgesteld wordt van de klasregel.
- Laat geen consequenties (tenzij bij agressie bv.) volgen wanneer het kind het probleemgedrag stelt.
- Spreek af hoe lang het probleem door de vingers wordt gezien en begin na die afgesproken tijd met een nieuwe speelfiche, start dan onmiddellijk bij stap 3.



HULPMIDDELTJES

Voor je deze hulpmiddeltjes inzet, ben je al door de stappen 'Aanmoedigen' en 'Dagelijks gericht oefenen' gegaan. Je schakelt nu deze hulpmiddelen in om de leerling extra te motiveren. Lukt dit niet, dan ga je over naar stap 4: Door de vingers zien.

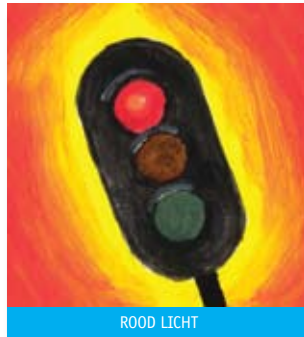
Volgende hulpmiddelen kan je gebruiken bij de diverse problematieken. Wij voegden alvast 24 signaalkaartjes bij deze kit.

Voor zijn beurt spreken en andere kinderen of de leerkracht onderbreken

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer. Zoek op internet een afbeelding die verwijst naar 'beurt afwachten' of 'vinger opsteken' of 'mondje dicht als anderen spreken'.
- Luisterend aapje: de leerling zet een 'horen, zien en zwijgen' aapje als signaal op de bank.
- Microfoon: geef een microfoon door in praatrondes, de leerling kan enkel spreken als hij de microfoon vast heeft.
- Notablokje, post-it boekje of schriftje: leg op de bank een klein boekje waarin de leerling alles kan opschrijven i.p.v. het te zeggen. Overloop dagelijks op een vast moment wat in het boekje staat.



- Verkeerslicht: leg het kaartje duidelijk zichtbaar voor de leerling op rood of groen licht. Zolang het licht op rood staat, mag de leerling niet spreken.
- 7 maal tong ronddraaien: de leerling leert om eerst letterlijk 7 keer de tong rond te draaien in de mond vóór hij iets zegt.
- Mini-schrijfbordje: de leerling kan het antwoord op het bordje schrijven en in de lucht steken i.p.v. het te roepen.
- Achterkant van het bord: de leerling mag rustig naar voor komen en het antwoord achteraan op het bord schrijven.
- Nummertje-trek: 's morgens trekken alle kinderen een nummertje, tijdens de les zeg je het nummer dat mag antwoorden.
- Geheime roepnaam: zoek samen een geheime roepnaam (bv: Harry Potter). De leerling mag antwoorden als jij die naam zegt (maakt het spannender om te zwijgen).
- Dagelijkse beloningskaart.



ROOD LICHT

2 Overmatig veel babbelen

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'mondje dicht'.
- Voor zichzelf leren spreken: de leerling krijgt een babbelvriendje (popje, diertje) op zijn bank. de leerling vertelt aan dit figuurtje maar dan zonder klank, enkel met mondbewegingen.
- Rood licht op de bank van de leerling: leg het kaartje op de bank van de leerling, zolang het rode licht brandt mag er



SSSSSSSSSSSSSSSSSSST

- niet gepraat worden. Op andere momenten neem je het kaartje weg of draai je het om op groen.
- Weblog aanmaken voor alle verhalen en ideeën: maak samen met de klas een weblog aan, de leerling kan zijn verhalen kwijt op deze website. Check regelmatig de nieuwtjes.
- Notaboekje of tekenboekje: de leerling krijgt een notaboekje waarin kan geschreven/getekend worden i.p.v. te zeggen. Voorzie dagelijks een (vast) individueel vertelmoment en overloop dan het boekje.
- Verandering in stemgeluid: begin plots te fluisteren zodat de leerling extra moet luisteren en stil zijn om het te begrijpen.
- Spreekstok: in de klas is er een spreekstok, enkel als de leerling deze vast heeft mag er iets gezegd worden.
- Koptelefoon met zachte muziek: op jouw aanwijzing neemt de leerling zijn MP3-speler, zolang de muziek speelt wordt er niet gepraat. Geef opnieuw een signaal wanneer de leerling de muziek afzet en MP3 wegbergt.
- Postbode binnen de school: zorg ervoor dat de leerling vijf maal per dag iets kan rondbrengen of een boodschap kan overbrengen naar een andere klas. Stop 's morgens de 5 wandelkaartjes in de linker broekzak en versteek één naar de rechter broekzak bij elke postronde, zo kan je de beurten goed bijhouden.
- Extra antwoordbeurten: zorg ervoor dat de leerling meer kans tot antwoorden/voorlezen krijgt zodat hij frequenter aan het woord komt.
- Dagelijkse beloningskaart.



GROEN LICHT



WANDELKAARTJE

3 Steeds de eerste willen zijn, vooraan willen staan

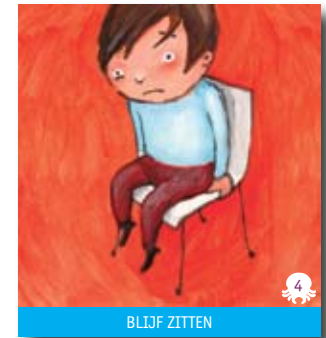
- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'ik sta op mijn plaats, om beurten'.
- Sleutelhanger of ketting aan jas: de leerling hangt de sleutelhanger aan zijn jas of jullie maken samen een ketting voor rond de hals (bijvoorbeeld: teken en knutsel met schrinkpapier), de sleutelhanger/ketting kan gemakkelijk mee op de speelplaats.
- Stip, letter op de speelplaats: voorzie een vaste plek op de speelplaats.
- Aparte stoel: de leerling krijgt een aparte, gekleurde stoel. Verplaats de stoel geregeld in de praatronde, bij groepswerken...
- Nummertje-trek: alle kinderen trekken een nummertje, op de bus zitten we volgens ons nummer, op uitstap wandelen we volgens nummer...
- Dagelijkse beloningskaart.



WACHT OP JE BEURT

4 Rondlopen in de klas

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer. Zoek een afbeelding die verwijst naar 'blijven zitten'.
- Rondlooptaak: zoek per lesdeel een opdracht zodat de leerling kan rondlopen op vraag (iets uitdelen, iets wegleggen, het bord vegen...).
- Wandelkaartjes: de leerling krijgt dagelijks 5 wandelkaartjes. Telkens als hij rondloopt, wordt een kaartje afgegeven. Wanneer alle kaartjes opgebruikt zijn, moet de leerling blijven zitten voor de rest van de dag.
- Hanghoekje: zet achteraan in de klas een ligstoel, hangmat of kussens... In de voor- en namiddag kan de leerling op een afgesproken moment gaan wiebelen, liggen, hangen...
- Opgelegde beweging: de leerling mag bewegen, maar hij moet een opgelegde beweging doen (met zijn arm zwaaien achter de rug, de kniezwengel op de stoel, op een stressballetje duwen).
- Rondjes lopen: tussen de lesdelen in, op jouw teken, mag de leerling 5 rondjes lopen rond de speelplaats.
- Klasfitness: bouw op geregelde tijdstippen voor de ganse klasgroep een korte turnoefening in, bijvoorbeeld: allemaal 5 keer door de knieën buigen, 3 keer pompen naast de bank...
- Dagelijkse beloningskaart.



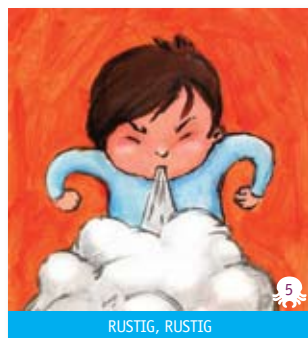
BLIJF ZITTEN



WANDELKAARTJE

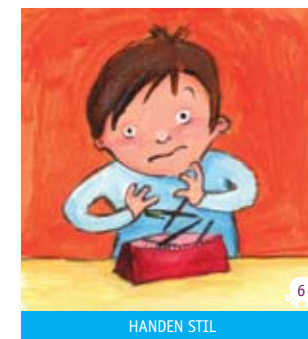
5 Te bruut spelen, te wild zijn op de speelplaats

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer, de afbeelding verwijst naar 'rustig spelen'.
- Energiemap: maak samen met de leerling een map vol leuke bewegingsoefeningen waarbij hij zijn energie op een goeie en gezonde manier kan loslaten. Kies voor elke speeltijd samen met de leerling een opdracht, bv. touwtje springen, joggen...
- Speelgoedkoffer: per speeltijd krijgt de leerling iets mee uit de koffer waarmee hij kan spelen.
- Speelplaats afbakenen: duid visueel de ruimte aan waarbinnen de leerling kan spelen, over de lijn, de koord... mag hij niet komen.
- Rode/gele kaart: de leerling kan een gele of rode kaart krijgen op de speelplaats, een gele kaart maant aan tot rustiger spel, een rode kaart betekent opzij gaan zitten tot hij weer rustig is.
- Tot-rust-kom-plek: de leerling krijgt een vaste plek om naar toe te gaan bij te grote onrust. Zoek samen de geschikte plaats, een plek waar de leerling stoom kan afdalen. Vraag hem om er naar toe te gaan als het niet spontaan gebeurt.
- Rondjes ontstressen: vóór de leerling begint te spelen, loopt hij eerst 4, 6, 10 keer rond de speelplaats.
- Dagelijkse beloningskaart.



6 Prullen, friemelen, overal op tekenen, iedereen aanraken

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'rustig op de bank zitten, handen stil houden'.
- Opberglade: zet een sorteerbakje naast de bank van de leerling om alle overbodige spullen en papieren weg te stoppen zodat ze voor minder afleiding zorgen.
- Pennendoos: de leerling zet enkel een doosje op de bank met daarin uitsluitend het noodzakelijk schrijfgerei.
- Aparte, grote werktafel: zo kan de leerling spullen meer verspreid leggen, verderop leggen.
- Stressballetje: de leerling krijgt iets in de hand om vast te houden zodat hij kan knijpen i.p.v. te prullen.
- Broekzakmethode: de leerling steekt beide handen in de broekzak als er niet geschreven wordt, 2 vingers gekruist.
- Viltjes/tennisballen onder de poten van de stoel: zo maakt de leerling minder storend geluid bij schuiven, dit remt schuiven ook af.
- Kribbelblad: kleef een kladbld op de bank waarop de leerling mag kribbelen i.p.v. in boeken of schriften, vervang het blad dagelijks.
- Blokje in jaszak: de leerling keert een blokje om in zak i.p.v. aan andere kinderen te komen of te prullen.
- Dagelijkse beloningskaart.



7 Dromen en afwezig zijn, niet opletten door afleiding

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'opletten, geconcentreerd doorwerken'.
- Koptelefoon: tijdens het zelfstandig werken zet de leerling de koptelefoon op, dit kan helpen om het storend en afleidend achtergrondlawaai weg te nemen, soms kan er muziek spelen om de leerling rustiger te maken.
- Eén opdracht per keer: de leerling krijgt elke opdracht op een apart blad, is de opdracht ingevuld, dan kan de leerling het volgende blad krijgen, bij het wisselen van de opdrachten krijgt hij even de mogelijkheid om de aandacht los te laten.
- Aantrekkelijke werkblaadjes: 'versier' het werkblad, bv. met een lievelingsstripfiguur erop, een spreekballonnetje, een stickertje... Hoe leuker de blaadjes, hoe meer kans dat de leerling ook gemotiveerd blijft om te werken en de opdracht tot een goed einde brengt.
- Schaalvergroting: vergroot de invulbladen (A5 > A4; A4 > A3) zodat de leerling extra plaats krijgt om te schrijven en ook meer zicht krijgt op het werkblad.
- Afdekcreep: geef een afdekcreep of maakt samen met de leerling een origineel afdekblad. Je kan ook een kruisje zetten wanneer de oefening is nagekeken en het afdekblad mag opschuiven, zo leert de leerling stap voor stap werken en leer je het nakijken aan.



- Zachte muziek: zoek samen rustgevende muziek, zolang de muziek speelt is de afspraak duidelijk: de leerling zwijgt, kijkt enkel naar zijn boek/blad en blijft zitten, we werken door op rustgevende muziek.
- Zandlopertje: zolang het zand loopt moet de leerling doorwerken. Voorzie na de doorwerktijd een energie-aflaat-oefening zodat de leerling stoom kan afdalen, zo leert de leerling inspanssen-ontspanssen-inspanssen-ontspanssen.
- Dagplan met inspanssings- en ontspanssingsmomenten: maak een dagkalender waardoor duidelijk wordt welke lessen en activiteiten volgen, wanneer de speeltijd, de zwemles, een andere leerkracht... komt. Zo kan de leerling makkelijker meevolgen. Duid ook aan wanneer er volle aandacht wordt verwacht (inkleuren), wanneer er een energie-aflaat-oefening komt...
- Dagelijkse beloningskaart.

8 Traag of niet (door)werken

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'geconcentreerd doorwerken'.
- Buddy: de leerling moet het tempo volgen van een medeleerling, na elke oefening is er een aanmoediging.
- Aparte werkhoek: de leerling krijgt een aparte werktafel op een rustig plekje achteraan of opzij in de klas.
- Eén opdracht per keer: de leerling kan vraag per vraag behandelen en bij het wisselen van de opdrachten krijgt hij even de mogelijkheid om de aandacht los te laten.

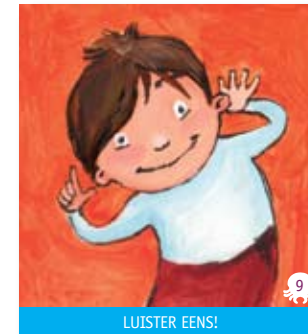
- De leerkracht loopt zeer regelmatig langs en geeft telkens een vriendelijk aanmoedigend signaal om door te werken.
- Aantrekkelijke werkblaadjes: 'versier' het werkblad, bv. met een lievelingsstripfiguur, een spreekballonnetje, een sticker-tje... Hoe leuker de blaadjes, hoe meer kans dat de leerling ook gemotiveerd blijft om te werken en de opdracht tot een goed einde brengt.
- Schaalvergroting: vergroot de invulbladen (A5 > A4; A4 > A3) zodat de leerling extra plaats krijgt om te schrijven en ook meer zicht krijgt op het werkblad.
- Afdekcreep: geef een afdekcreep of maak samen met de leerling een origineel afdekblad. Je kan ook een kruisje zetten wanneer de oefening is nagekeken en het afdekblad mag opschuiven, zo leert de leerling stap voor stap werken en nakijken.
- Zandlopertje: zolang het zand loopt moet de leerling doorwerken. Voorzie na de doorwerk-tijd een energie-aflaat-oefening zodat de leerling stoom kan afdalen. Zo leert de leerling inspanssen-ontspanssen-inspanssen-ontspanssen.
- Dagelijkse beloningskaart.



WERK GOED DOOR

9 Niet reageren op aanspreking

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'luisteren en onmiddellijk reageren'.
- Naam zeggen: je trekt eerst de aandacht van de leerling en wacht tot hij kijkt, pas daarna wordt de opdracht gegeven in een korte, duidelijke zin.
- Geheime naam zeggen: je trekt de aandacht van de leerling met de bijzondere naam die afgesproken werd (bv. Spiderman) en wacht tot hij kijkt, pas daarna wordt de opdracht gegeven in een korte, duidelijke zin.
- Geschreven opdrachten, met kleuraanduiding: je schrijft een duidelijke opdracht op en legt die op de bank van de leerling, bestaat de opdracht uit meerdere deelopdrachten dan krijgt elk deel een andere kleur.
- Robotje: wanneer de leerling de robot ziet, herhaalt hij elke vraag/opdracht die je geeft, daarna gaat hij van start.
- Fluitje of verrassend signaal: maak de leerling extra alert door een opvallend, leuk signaal te geven, bv. fluitje, blokje draaien dat een geluidje maakt van een dier, springballetje gooien...
- Dagelijkse beloningskaart.



LUISTER EENS!

10 Veel slordigheids- of aandachtsfouten maken bij notities en/of huiswerk (onvolledig noteren, informatie overslaan, details over hoofd zien)

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'ordelijke werken en goed nakijken'.
- Bank vooraan: de leerling mag vooraan in de klas zitten zodat jij sneller met de vinger kan aangeven waar er onvolledigheden staan en/of wanneer de orde afneemt.
- Paraferen: je kijkt elke oefening na en zet een paraaf wanneer ze volledig in orde is, pas dan mag de leerling naar de volgende oefening gaan.
- Groen licht: je zet een groene stip, een groen licht wanneer de leerling naar de volgende opdracht mag overgaan.
- Bladnummers: vóór de leerling start met een opdracht/toets, zet hij in de bovenhoek van de eerste pagina het aantal bladzijden dat moet gemaakt worden zodat de leerling op het eind kan natellen of hij wel het juiste aantal pagina's heeft ingevuld.
- Peter/meter: jullie kiezen samen een leerling van de klas die nakijkt of alles is ingevuld op het werkblad en indien nodig de leerling met ADHD helpt aanvullen.



KIJK GOED UIT JE DOPPEN!

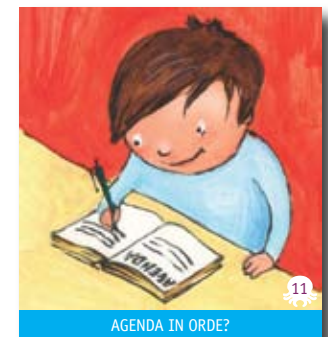


GROEN LICHT

- Deelopdrachten in kleur zetten: bij meervoudige opdrachten duid jij elk apart onderdeel aan in een andere kleur, jij doet dit aanvankelijk vóór, later kan de leerling het zelf doen.
- Tweede kans: na een eerste nazicht, krijgt de leerling een tweede kans om alle 'vergeten' oefeningen aan te vullen of alle 'aandachtsfouten' te corrigeren.
- Waarschuwingkleuren: de leerling geeft de bewerkingen eerst een vaste kleur, bv. rood voor alle optellingen, blauw voor alle aftrekkingen, en vult nadien, gealarmeerd door de kleur, de uitkomst in.
- Schaalvergroting: vergroot de invulbladen (A5 > A4; A4 > A3) zodat de leerling extra plaats krijgt om te schrijven en ook meer zicht krijgt op het werkblad.
- Aantrekkelijke werkblaadjes: je 'versiert' het werkblad, bv. met een lievelingsstripfiguur, tekstballonnetje, stickertje... hoe leuker de blaadjes, hoe meer kans dat de leerling ook gemotiveerd blijft om te werken en de opdracht tot een goed einde brengt.
- Dagelijkse beloningskaart.

11 Veel slordigheids- of aandachtsfouten maken bij invullen van agenda (onvolledig noteren, op verkeerde data, foute opgave).

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'agenda vol'.



AGENDA IN ORDE?

ledig en ordelijk invullen'.

- Bordagenda: schrijf alles wat in het agenda moet komen op het bord, dit blijft de ganse dag staan.
- Voorbeeldagenda: je vult samen met de klas ook een agenda in en geeft die op het eind van de dag aan de leerling als voorbeeld en controlemiddel. Jullie controleren samen of alles is ingevuld en zetten een groen licht onderaan de dag (= in orde) ter info aan de ouders.
- Peter/meter: kies samen een leerling van de klas die op het eind van elke dag nakijkt of alles is ingevuld in het agenda en indien nodig de leerling helpt bijvullen, spreek een vast tijdstip en een vaste plek af om dit na te kijken.
- Legende: werk met kleuren in het agenda: groen = huiswerk; geel/rood = te leren; blauw = mee te brengen.
- Picto-agenda: gebruik stickers om de huiswerkopdrachten visueel te maken, naast de sticker kan de leerling nog details aanvullen, bv. rode sticker = taak rekenen (de leerling schrijft: blz 27 oef 3), blauwe sticker = instuderen (de leerling schrijft: WO herfst), sticker zwemzak.
- A4 dagagenda: de leerling krijgt een grotere agenda met een bladzijde per dag. In een weekagenda verliest de leerling zich makkelijker en komen taken op de verkeerde dag te staan, meer plaats geeft meer kans tot orde. Je kan onderdelen vooraf aangeven, bv. taak - leren - meebrengen.
- Dubbelcheck: de leerling schrijft niet alleen in tegen wanneer het huiswerk is, maar ook een herinnering op die dag. De leerkracht controleert dit even.
- Dagelijkse beloningskaart.

12 Slordig werken, wanordelijk zijn, niet kunnen organiseren (slordig handschrift, wanorde in de bank, kaften niet in orde)

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'netjes schrijven, orde brengen en houden'.



Slordig handschrift

- Bank vooraan: wijs aan, zonder woorden, wanneer de leerling slordig aan het werken is.
- Invuloefeningen: maak invuloefeningen zodat de leerling enkel woorden moet schrijven.
- Super-pen: zoek samen naar een geschikte pen/balpen/potlood, probeer verschillende pennen uit en kies diegene die voor de leerling het beste resultaat geeft.
- Schaalvergroting: vergroot de invulbladen (A5 > A4; A4 > A3) zodat de leerling extra plaats krijgt om te schrijven en ook meer zicht krijgt op het werkblad.
- Computer: waar het mogelijk is, maakt de leerling de taak op computer.

Wanorde in de bank

- Vakkleuren: geef elk vak (rekenen, taal, Frans, WO) een aparte kleur die terugkomt in het kaftpapier van de boeken en de map met werkbladen.
- Plattegrond: maak samen een plattegrond en kleef die in de bank zodat de leerling kan zien waar welk boek/schrift moet liggen.

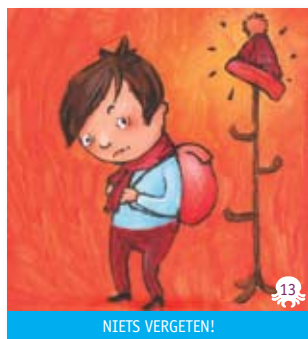
- Wekelijkse opruim- en poetsbeurt: ruim samen de bank wekelijks op, kies een vast moment om dit te doen en/of een peter/buddy die kan helpen.

Kaften niet in orde

- Vakkleuren: geef elk vak (rekenen, taal, Frans, WO) een aparte kleur die terugkomt in het kaftpapier van de boeken en de map met werkbladen.
- Tussenschotten: maak onderverdelingen in een map die goed aangeven waar wat thuishoort.
- Organiseerbakjes: elk vak krijgt één gekleurd bakje, overeenkomstig de kaftkleur. In dat bakje ligt alles wat bij het vak hoort, wekelijks ordenen jullie samen de bakjes.
- Dagelijkse beloningskaart.

13 **Vergeetachtig zijn (boeken vergeten, huistaken vergeten, zwemzak niet mee...)**

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'niets vergeten'.
- Boodschappenlijstje: maak samen een lijstje van alles wat in de boekentas moet, dit kan thuis opnieuw overlopen worden om te kijken of alles er ook terug in zit. Voorzie hokjes om aan te kruisen 'mee naar huis', 'terug naar school'.
- Boekentasritueel: maak de boekentas op een vast tijdstip, volgens vast stramien en zorg voor een leuk ritueel (rijmpje, liedje, muziekje) dat herkenbaar is voor de leerling.



- Controle en hulp aan het einde van de dag, na het maken van de boekentas.
- Gekleurde bollen op hand: de leerling zet een rode bol op de handpalm = turnzak meebrengen of een blauwe bol = zwemzak meebrengen.
- Memohalsketting: de leerling stopt een kaartje in de halsketting met daarop de taken.
- Heen-en-weer kft: voorzie een kft waarin alle documenten zitten die van huis naar school en omgekeerd moeten. De kft heeft eventueel meerdere onderverdelingen (accordeonsysteem: huistaken, brieven, toetsen, agenda).
- Turn- en zwemsticker: de dag voor de turnles of zwemles kleeft de leerling een sticker in zijn agenda als herinnerings-signaal om de spullen de volgende dag mee te brengen.
- Reservemateriaal: je zorgt voor een dubbel boekenpakket zodat de leerling geen boeken meer verhuist van school naar huis. Zorg ook voor een doos met extra materiaal die altijd aanwezig is in de klas, eveneens een reserve zwem- en turnzak.
- Dagelijkse beloningskaart.

14 **Veel dingen kwijt raken (jas, bril, brooddoos, pennenzak...)**

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'ik hou alles goed bij en leg het op zijn plaats'.
- Verzamelbox: zet op jouw bank een

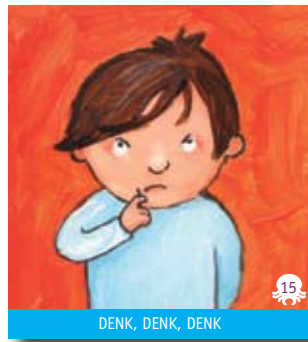


doos waarin de belangrijke/breekbare dingen kunnen gelegd worden (bv. bril, medicijnen).

- Reijlijstje: maak een lijstje (collage) van die dingen die elke avond in de boekentas moeten (bril, brooddoos, pennenzak...), kleef het lijstje op de binnenkant van de boekentas of op de tafel.
- Papieren bril: maak een papieren bril en stop die in de klasbrildoos. Wanneer de leerling zijn bril afdoet, legt hij die in de doos, de papieren bril ligt dan als aandenken op de bank, na de activiteit legt hij de papieren bril terug in het doosje en zet zijn echte bril op.
- Dagelijkse beloningskaart.

15 Denkinspanning vermijden

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'ik denk goed en rustig na'.
- Dier of figuur: jij zet een uiltje op de bank op het moment dat de leerling goed moet nadenken.
- Professorhoek/meneer de uil-hoek: maak een afgescheiden hoekje in de klas waar de leerling kan zitten als er rustig en goed nagedacht moet worden.
- Koptelefoon: de leerling gebruikt een koptelefoon zodat achtergrondlawaai wegvalt en hij beter kan nadenken.
- Nadenk-stempel: zet een stempel op het werkblad die aanduidt wanneer de leerling (extra) goed moet nadenken.
- Dagschema: je zorgt voor een dagschema waarin duidelijk ingekleurd staat wan-



neer er inspanning gevraagd wordt, meer 'ontspannen' momenten krijgen een andere kleur.

- Doe-kaartjes: maak kaartjes met korte uitleefoefeningen en geef de leerling een kaartje na een moment van inspanning.
- Dagelijkse beloningskaart.

16 Werk(jes) te oppervlakkig of te snel maken

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar grondig en gedetailleerd werken.
- Wekkertje: jij stelt de wekker in, zolang de wekker tikt werkt de leerling verder en mag hij het werk niet afgeven.
- Paraferen: jij kijkt elke oefening na en zet een paraaf wanneer ze volledig in orde is, pas dan kan de leerling naar de volgende oefening gaan.
- Ploegmaat: een klasgenoot werkt naast de leerling en geeft mee het tempo aan, de ploegmaat helpt mee kijken of alles is ingevuld.
- Voorbeeldkaart: je geeft de leerling een voorbeeld van een goed gemaakte opdracht zodat hij weet wat verwacht wordt.
- Dagelijkse beloningskaart.



17 Regelmatig een driftbui hebben

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar het controleren of leren beheersen van boosheid.
- SOS-teken: spreek een teken af dat gegeven wordt als de leerling moet oppassen of beter al mee komt naar een rustige plek. Jijzelf of een andere leerling geeft dit teken..
- Tot-rust-kom-hoekje: maak een hoekje waar de leerling naartoe kan gaan om stoom af te blazen, haal hem na een aantal minuten terug.
- Stoom-aflaat-plek: voorzie krantenpapier in een aparte hoek; de leerling kan papier scheuren om zo zijn woede en/of frustratie te ontladen.
- Dagelijkse beloningskaart.



18 Opstandig zijn, koppig 'nee' zeggen, afspraak weigeren te volgen

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar koppig zijn.
- Gele voetbalkaart: je toont de leerling een gele kaart, zo is hij gewaarschuwd.
- Grapje: 'Oei, ik heb het niet goed begrepen denk ik.'; 'Ikkertjes zijn kikkertjes.'



je geeft met humor aan dat de leerling de kans krijgt te herbeginnen.

- Vertrouwensuitspraken: ik weet dat jij best kan beslissen wanneer je eraan zal beginnen. Ik vertrouw erop dat je dat zal doen.
- Doe-kaartjes: je geeft de leerling een kaartje met een oefening (spring 10 keer op één voet; tik 8 keer je voet aan) zodat de aandacht even afgeleid is, daarna geef je opnieuw de taak of opdracht.
- Dagelijkse beloningskaart.

19 Anderen de schuld geven van eigen fouten

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'ik was fout'.
- Sorryboekje: je laat de leerling tekenen of opschrijven hoe het incident verliep en wat 'ik' deed.
- Driehoeksoverleg: je zet de leerling tegenover het andere kind en begeleidt een gesprek waarin beide kinderen aan elkaar vertellen wat ze niet leuk vonden aan elkaars gedrag, samen zoeken ze een oplossing voor het probleem.
- Dagelijkse beloningskaart.



20 Anderen opzettelijk ergeren en treiteren

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de

computer met een afbeelding die verwijst naar 'een ander pesten of lastig vallen'.

- Dier of halsketting: zoek een sleutelhanger of maak een halsketting die de leerling herinnert aan het liefdevol omgaan met anderen.
- Bank op afstand: je voorziet voor de leerling een plek in de klas waar de fysieke afstand tot andere kinderen vrij groot is.
- Stop-teken: jij en/of klasgenoot steekt zoals een agent de hand op 'stop'.
- Doe-kaartjes: je geeft de leerling een kaartje met een oefening (spring 10 keer op één voet; tik 8 keer je voet aan) zodat de aandacht even afgeleid is.
- Speelgroep: je geeft aan met welke kinderen de leerling die speeltijd moet spelen.
- Speelgoedkoffer: jij bepaalt welk spel de leerling zal spelen.
- Dagelijkse beloningskaart.



STOP PESTEN

21 Wraak nemen

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'de ander vergeven'.
- Lieve leeuw: je geeft de leerling een leeuw op de bank die eraan doet denken zijn boosheid te onderdrukken.
- Doe-kaartjes: je geeft de leerling een kaartje met een doe-oefening (spring 10 keer op één voet; tik 8 keer je voet aan)



PEACE

zodat de aandacht even afgeleid is.

- Brievenbus: wanneer de leerling voelt dat er wraak leeft, noteert hij dit op een briefje en stopt het in een brievenbus die je in de klas zet. Dagelijks wordt de brievenbus leeg gemaakt en neem je met de leerling op hoe het conflict kan worden aanpakken.
- Dagelijkse beloningskaart.

22 Snel gefrustreerd zijn

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'diep inademen en rustig verder werken'.
- Oranje verkeerslicht: je gebruikt het verkeerslicht, het licht staat op oranje om erop te wijzen dat de frustratie een gevaarlijk niveau lijkt te halen en dringend moet zakken, je draait het licht op groen wanneer de leerling zich goed herpakt.
- 5 rondjes rondlopen, 5 keer met vinger rond de bank gaan: je leert de leerling een stop in te bouwen vóór verder te werken, te spelen...
- Een speciale roepnaam (bv. Batman) of een gekke zin: de leerling weet dat deze naam oproept tot beheersing, tot rustiger worden en werken.
- Blokje of schriftje: leg op de bank een klein boekje waarin de leerling alles kan opschrijven i.p.v. het te zeggen, waarin kan gekriebeld of getekend worden wat de leerling zo dwars zit. Een keer per dag overlopen we wat in het boekje staat.



EVEN STOOM AFBLAZEN

- Krantenhoek: je legt in een aparte hoek krantenpapier dat de leerling kan scheuren wanneer de frustratie bij een werk/spel/oefening toeneemt.
- Doe-kaartjes: je geeft de leerling een kaartje met een doe-oefening (spring 10 keer op één voet; tik 8 keer je voet aan) zodat de aandacht even afgeleid is.
- Dagelijkse beloningskaart.

23 Fysiek of verbaal agressief zijn

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'het verbod op agressie, vrede...'
- Speciale roepnaam (bv. Harry Potter): je spreekt met de leerling een speciale naam af die staat voor 'stop agressie'.
- Schriftje van de leeuw en de kikker: de leerling heeft een schriftje waarin hij zijn boosheid en agressie kan opschrijven in plaats van die te uiten. Je overloopt dagelijks wat hij noteert. Achteraan in het schriftje schrijven of tekenen jij en de leerling helpende, opkikkerende ideeën.
- Stoom-aflaat-plek: je voorziet krantenpapier dat de leerling kan scheuren om zo de woede en/of frustratie te ontladen.
- Opgelegde woordjes: jullie zoeken samen woordjes ter vervanging van de verbale agressie (bv. pot-vol-cola, sapperloot...).
- Woede-balletje: de leerling knijpt in een stressballetje op momenten dat hij zich boos voelt worden of boos is.
- Dagelijkse beloningskaart.



24 Negatief over zichzelf denken

- De leerling legt het signaalkaartje op de hoek van de bank.
- Zelf gemaakt kaartje: maak samen een signaalkaartje op de computer met een afbeelding die verwijst naar 'complimentjes geven aan zichzelf'.
- Kikker: de leerling zet een kikker op de bank, zo denkt hij eraan complimentjes aan zichzelf te geven.
- Pluspuntenboekje: je maakt samen met de leerling een schriftje, dagelijks schrijft de leerling een pluspunt op, ook jij noteert geregeld een onverwachte opkikkerende boodschap.
- Complimentenronde: je stelt de leerling de vraag wat er goed is aan de gemaakte taak.
- Doos vol pluimen: je deelt letterlijk geregeld een pluim uit en leert de leerling zichzelf een pluim geven als iets goed gaat.
- Groene opkikkerende berichten in het agenda: je schrijft minimaal 2 keer per week een compliment in het agenda van de leerling.
- Dagelijkse beloningskaart.



