

### Vragen?

In De opvoedvraag beantwoorden experts wekelijks opvoedvragen van lezers. Ook een vraag? Stuur een mailtje naar [opvoedvraag@trouw.nl](mailto:opvoedvraag@trouw.nl)

## Mondgedrag de opvoedvraag

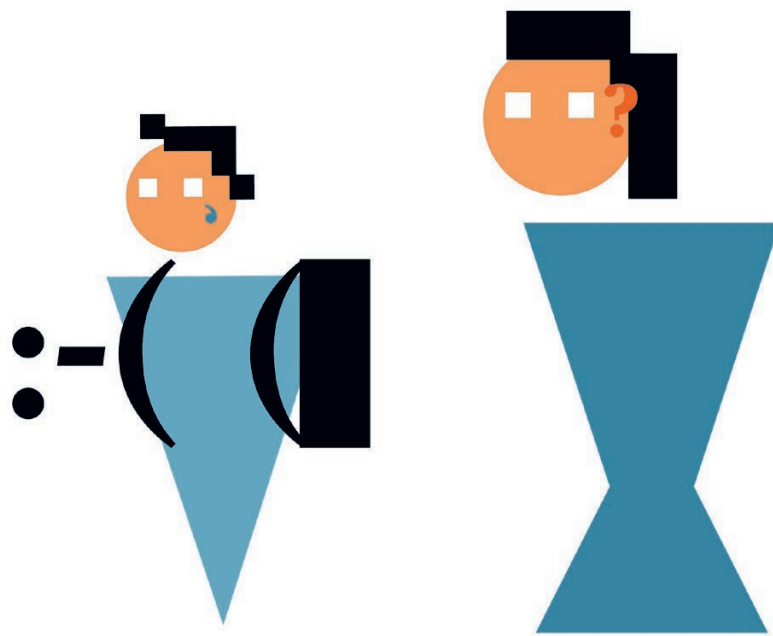
# Hoe krijgen we onze zoon van tien van het duimen af?

Te pas en te onpas zit een tienjarige jongen met zijn duim in de mond. Zijn ouders vinden het nu écht tijd om daarmee te stoppen.

Ikker op de bank of in bed met zijn duim in zijn mond is voor een jongen in groep 7 de ultieme ontspanning. “Het is zijn comfortzone, het geeft hem een gevoel van veiligheid”, vertelt zijn moeder. Maar zijn leeftijd gaat tellen: zo’n grote jongen die nog met zijn duim in zijn mond zit, vinden zijn ouders niet wenselijk. Ook heeft hij inmiddels een flinke overbeet, waarschijnlijk veroorzaakt door het duimen. “We hebben de afgelopen tijd veel geprobeerd om hem ervan af te krijgen”, aldus zijn moeder. “Zo krijgt hij een beloning als hij een dag niet duimt. En we hebben pleisters op zijn duim geplakt. Maar het wil nog niet lukken. Het blijkt moeilijker dan we dachten en we weten niet goed hoe we dit aan moeten pakken.”

Duimzuigen geeft een comfortabel gevoel en kan verslavend zijn. “Hoe langer iemand duimt, hoe hardnekkiger de gewoonte. Met alle gevolgen van dien”, zegt Maaïke Hendriks, logopedist en eigenaar van Praatjuf. “Het is dus belangrijk om het af te leren, hoe jonger hoe beter.”

Het is niet voor elk kind even makkelijk om te stoppen. “Kinderen die bijvoorbeeld wat hooggevoelig zijn of moeite hebben met het verwerken van prikkels, vinden rust in het duimen. Het hangt ook af van de motivatie van ouders: hebben zij het goed gevonden dat hij bleef duimen en vinden ze het misschien sneu om hem dit momentje af te nemen?”



ILLUSTRATIE FADI NADROUS

## ‘Kinderen die duimen krijgen sneller een oorontsteking of verkoudheid’

Het is belangrijk dat zowel het kind als de ouders gemotiveerd zijn én blijven om het duimzuigen te stoppen. “Duimen in gezelschap is op deze leeftijd toch wat ‘raar’ en de jongen zal zich er misschien ook een beetje voor schamen. Zeker wanneer hij over niet al te lange tijd naar de middelbare school gaat. Daarnaast heeft duimen grote gevol-

gen voor de gezondheid”, aldus Hendriks. Het gaat niet alleen om de stand van het gebit, waardoor wellicht voor een langere periode een beugel nodig is. “Ook hebben kinderen die lang duimen meer kans op afwijkend tong- en mondgedrag. Ze lopen vaker met een open mond en krijgen sneller een oorontsteking of verkoudheid, omdat ze via hun mond ademen en zo eerder virussen binnenkrijgen dan iemand die door de neus ademt. Ook kunnen bacteriën makkelijker via de mond naar binnen.”

Over het algemeen is logopedie/therapie nodig om dit afwijkende mondgedrag af te leren, zeker als het kind al wat ouder is. Maar dat heeft pas zin als iemand niet meer duimt. Rigoreus stoppen is voor de meeste kinderen niet haalbaar. “Een speen kun je wegdoen, maar met een duim wordt dat natuurlijk moeilijk”, zegt Hendriks. “Maak

daarom een serieus stappenplan waar zowel kind als ouders zich aan moeten houden. Bekijk samen met je kind op welke momenten hij vaak duimt. Welke van die momenten kan hij als eerste ‘opgeven’? Word niet boos en straf je kind niet als hij toch duimt, want dan wordt zijn behoefte aan een veilig gevoel (de duim in zijn mond) alleen maar groter.”

Begeleid je kind positief en blijf opbouwend. De duim uit zijn mond trekken helpt niet en doet pijn. Je kunt wel met je kind bespreken of hij een ‘hulpmiddel’ nodig heeft. Denk aan een handschoen of sporttape, zodat hij zich bewust is als hij zijn duim toch in zijn mond stopt. “Misschien is hij gebaat bij iets in zijn handen, zoals friemelspeelgoed. Dat kan hem net even die rust geven die hij nodig heeft”, zegt Hendriks. “Strooi met complimentjes als het hem lukt om op het afgesproken moment, bijvoorbeeld tijdens het gamen, niet te duimen en stel eventueel een beloning in het vooruitzicht. Dat kun je vervolgens opbouwen met nieuwe momenten die net wat moeilijker zijn. Het is belangrijk dat ouders consequent blijven en doorzetten.”

Mocht het echt niet lukken om te stoppen, dan is het plaatsten van een beugel zeker een optie. Hendriks: “Dat voelt niet lekker en dan lukt het niet goed meer om te duimen.”

Cindy Cloin



Sofie voor van de de klas Waart

## Op basisschool De Klinkert doen zelfs de muren mee met effectief onderwijs

Voor de deur van het klaslokaal staan kinderen rustig te wachten met een bakje met schriften, boeken en potloden. Ze hebben net rekenen gehad en zodra de bel gaat wisselen de leerlingen vlot van lokaal voor de spellingsles.

Op basisschool De Klinkert in Oudenbosch zitten de leerlingen namelijk niet de hele dag in dezelfde klas bij dezelfde leerkracht. Op deze manier worden de kinderen van de hele middenbouw ingedeeld naar niveau in plaats van naar leeftijd. Door leerlingen te clusteren kan de leerkracht veel meer tijd besteden aan uitleg en worden leerlingen niet langer tegengehouden in hun leerproces omdat ze in een bepaalde groep zitten.

Dit lerarenteam moest in 2012 alles op de schop gooien toen de school door de inspectie als ‘zeer zwak’ was beoordeeld. Onder leiding van een bevlogen directeur hebben ze vervolgens nagedacht over hoe ze hun onderwijs effectiever konden maken. Zo hebben ze ervoor gezorgd dat de vrijdagmiddag ‘kindvrij’ is, zodat ze kunnen evalueren, nieuwe niveau-indelingen kunnen maken en de week goed kunnen voorbereiden.

Maar dat is niet het enige. De wanden van de lokalen zijn onderdeel van de les geworden, met een woordmuur en een rekenmuur waarop de leerdoelen zichtbaar zijn. Zo staan er de woorden ‘grote keersommen’ en ‘grote deelsommen’ op de rekenmuur met duidelijk-

ke voorbeelden. En vergeet vooral niet de uitgebreide leeshoek in Harry Potter-stijl, inclusief flakkerende kaarsen voor het sfeereffect.

John Hattie, de grote onderwijs-onderzoeker, maakte naam met zijn *Visible Learning Strategy*. Hij onderzocht wat wél en wat niet werkt in het onderwijs. Het goede nieuws was: bijna alles wat leerkrachten doen, werkt. Alleen niet alles werkt even goed. Dus moeten we, om betere resultaten te halen, dingen die niet zo goed werken vervangen door dingen die beter werken. Leerlingen verantwoordelijk maken voor hun eigen leerproces, heldere doelen formuleren en de voortgang zichtbaar maken hebben een sterk positief effect op de leerresultaten. Net als een klas overslaan, gerichte feed-

Bijna alles wat leerkrachten doen, werkt. Alleen niet alles werkt even goed.

back geven en *micro teaching* in kleine groepjes.

Het blijft interessant waarom wij in onderwijsland nog steeds dingen doen die niet of niet zoveel effect hebben. Een klas blijven zitten heeft een aantoonbaar slecht effect, werken met laptops een minuscule positief effect en huiswerk voegt ook niet echt veel toe.

Zowel de leerlingen als de leraren zelf zijn verantwoordelijk geworden voor het leerproces op De Klinkert. Niet geheel toevallig blijkt dat de zaken die ik op De Klinkert zie ook door Hattie worden aangeraden. En dat deze interventies effect hebben is ook de inspectie opgevallen; binnen zes jaar kon ze deze ‘zeer zwakke’ school als ‘goed’ beoordelen.