



Foto: Martine Sprangers

Taakspel helpt psychische problemen te voorkomen

Door Ton Ceelen

Groepsrelaties zijn belangrijk voor het functioneren van kinderen op de basisschool. Kinderen die geaccepteerd worden in de klas en lid zijn van vriendengroepen ontwikkelen minder psychische problemen. De interventie Taakspel verbetert groepsrelaties en werkt daardoor preventief, ontdekte psycholoog Miranda Witvliet.

‘Uit eerder onderzoek was eigenlijk niet duidelijk welke rol groepsrelaties spelen in de psychische ontwikkeling van kinderen’, stelt Witvliet. ‘Er is literatuur die zegt: groepsrelaties zijn belangrijk om sociale vaardigheden te leren en zelfwaarde te ontwikkelen, maar er zijn ook onderzoeken die wijzen op negatieve effecten, zoals agressie. Het is dus een omstreden onderwerp.’

Voor haar promotie onderzocht Witvliet via vragenlijsten de groepsrelaties en gedragsproblemen van 750 kinderen in 48 basisschoolgroepen in de regio’s Rotterdam, Den Haag en Winterswijk. In de groepen met kinderen van 7 en 8 jaar ontdekte ze dat kinderen die in vriendengroepen zitten later minder agressief en opstandig gedrag vertoonden, en bovendien minder internaliserende problematiek ontwikkelden, zoals gevoelens van depressie en angst. Dat positieve effect gold voor jongens en meisjes. Maar aan het eind van de

basisschool, op een leeftijd van 9 tot 12 jaar, dook een verschil op. Daar lieten jongens die in vriendengroepen zitten een toename zien van agressief gedrag. ‘Ze juttten elkaar op’, zegt Witvliet. Bij het gedrag van meisjes en bij de internaliserende problematiek van jongens én meisjes gingen de positieve effecten onverminderd door.

‘Zeker aan het eind van de basisschool zijn groepsrelaties belangrijker dan één-op-éénvriendschappen’, aldus Witvliet. ‘Sommige kinderen hebben wel een vriendje, maar zitten niet in een groep. Bij hen vind je gemiddeld meer depressies en eenzaamheid, en bij de meisjes ook meer gedragsproblemen. In één-op-éénvriendschappen heb je weliswaar meer intimiteit en kun je geheimen vertellen, maar in een groep leer je samenwerken, delen en omgaan met groepsdruk. Je hoort erbij en dat is belangrijk. Je kunt gewone en groepsvriendschappen dus niet op één hoop

gooien, zoals veel vriendschapsstudies doen.’

Groepsrelaties verbeteren

Witvliet keek ook hoe je groepsrelaties kunt verbeteren en daarmee de kans op psychische problemen verkleinen. ‘Wat mij tijdens mijn onderzoek het meeste raakte, is dat dit daadwerkelijk lukt met de erkende interventie Taakspel’, blikt ze terug. ‘Van Taakspel wisten we dat het de schoolprestaties en de samenwerking binnen de klas verbetert, maar nu bleek het ook de kans op psychische problemen te verminderen. Kinderen die Taakspel kregen, werden beter geaccepteerd, zaten vaker in vriendengroepen en lieten daardoor een daling zien in gedragsproblemen. Eerder zagen we al dat dit rechtstreeks verbonden is aan de vermindering van psychische problemen. Leerkrachten beschikken dus over een handvat om die problemen te helpen voorkomen.’

Taakspel – gebaseerd op het Amerikaanse *Good Behavior Game* – wordt uitgevoerd tijdens gewone lessen. De leerkracht verdeelt de leerlingen in teams en spreekt met hen drie gedragsregels af die tijdens Taakspel gelden, bijvoorbeeld: goed op je stoel zitten, stil zijn en je vinger opsteken als je iets wilt vragen. De leerlingen binnen een team stimuleren elkaar om zich aan de regels te houden, aangezien ze daarmee beloningen kunnen verdienen. Het doel van Taakspel is het bevorderen van gewenst gedrag: samenwerking, positieve bekrachtiging, *feedback* op slecht gedrag. De leerlingen geven elkaar bijvoorbeeld

complimenten of schrijven commentaar op posters.

‘Taakspel is geen dure interventie, maar het is wel nodig dat leerkrachten eerst een korte cursus volgen’, schetst Witvliet. ‘Het is een relatief simpel middel met een groot effect. Je ziet dat kinderen door de rust in de klas meer aan rekenen en taal toekomen; ze vinden elkaar aardiger en kleine conflicten escaleren minder vaak. Zeker tegenwoordig, nu kinderen met leer- of gedragsproblemen in het reguliere onderwijs meedraaien, is dat winst. Je houdt ze weg bij de jeugdzorg.’

Het leuke aan Taakspel vindt Witvliet ook dat je kinderen laat samenwerken die normaal niet met elkaar omgaan. ‘Als leerkracht zet je een paar antisociale jongens met een paar verlegen meisjes in één groep, en de volgende keer maak je weer een andere combinatie. Dat bevordert het positieve klimaat.’

Maar Witvliet waarschuwt voor de gevonden negatieve gedragscomponent bij de oudere jongens. ‘Je moet opletten dat het niet de verkeerde kant opgaat doordat ze agressief en storend gedrag aanmoedigen. Zo heb ik ook geconstateerd dat kinderen soms gaan pesten omdat ze daardoor worden opgenomen in een groep met status. Zulke dingen moet je in de gaten houden.’

M. Witvliet, *Relaties met leeftijdsgenoten en de ontwikkeling van psychische problemen: een groepsbenadering*. Vrije Universiteit, 15 september 2009. Voor meer informatie over Taakspel: www.taakspel.nl.

Samenwerking even belangrijk als autonomie

Sociale waarden worden onderbelicht in de beleidsplannen van de kinderopvang. Leidsters zijn er in de praktijk wel mee bezig. Pedagoog Sanne Huijbregts pleit voor nieuwe consensus over sociale opvoedingsdoelen.

‘Eigenlijk wilde ik in mijn promotie-onderzoek bekijken of allochtone leidsters moeite hebben het pedagogisch beleid uit te dragen’, schetst Huijbregts, die kinderopvangbeleid doceert aan de Hogeschool van Amsterdam. ‘Dat bleek niet het geval: alle leidsters hechten grote waarde aan het bieden van veiligheid en geborgenheid, kansen op persoonlijke en sociale ontwikkeling en de overdracht van normen en waarden – precies zoals het in de wet staat.’ Binnen die kaders vond Huijbregts wel culturele verschillen, en ook in de praktijk zag ze verschillen in opvoedgedrag.

Huijbregts observeerde en interviewde 61 leidsters van 22 Amsterdamse kinderdagverblijven. ‘Tijdens een constructietaak waarbij de kinderen met elkaar een houten treinrails moesten leggen, was het typisch voor de Nederlandse leidsters dat ze autonomie benadrukten: als kinderen geen zin meer hadden, waren ze vrij om iets anders te gaan doen. Ze focusten bovendien sterk op één kind: “Waar moet dit stukje? Wat denk jij?”. Dus zelfs bij een gezamenlijke taak zie je een individuele benadering. Bij Marokkaanse en Turkse leidsters was de sfeer anders: ze zetten iedereen in een kring met de trein in het midden, gaven collectieve uitleg, en probeerden kinderen die wegliepen erbij te houden, bijvoorbeeld door ze een stukje rails te geven. Bij hen was de samenwerking veel beter, maar lag de

cognitieve stimulatie van de individuele kinderen iets lager.’

Huijbregts wil een debat over dit soort verschillen: individualistische versus collectivistische opvoedingswaarden. ‘De Nederlandse opvattingen zijn erg westers. Bij ons zie je sterk die nadruk op individualiteit; autonomie wordt vanzelfsprekend gevonden, terwijl het in andere culturen niet logisch is dat kinderen van 3 daar al mee bezig zijn. Bij hen is samenwerking en groepsdenken belangrijker. We moeten ons meer bewust worden van zulke culturele verschillen en meer aandacht geven aan sociale waarden. Die zijn net zo belangrijk voor de succesvolle ontwikkeling van kinderen, zeker binnen de kinderopvang. Op dat gebied kunnen we van allochtone leidsters leren.’

Huijbregts vindt het opvallend dat in de beleidsplannen van de kinderopvang de individuele waarden altijd goed worden uitgewerkt, terwijl sociale doelen zoals samenwerking achterblijven. ‘Men denkt: ze zitten in een groep, dus dat komt vanzelf wel goed. Vaak is dat zo, maar je kunt die sociale ontwikkeling nog beter professioneel begeleiden en stimuleren. Daar ligt een taak voor de organisaties en de opleidingen.’

S.K. Huijbregts, *Cultural diversity in center based child care. Differences and similarities in caregivers' beliefs.*

Universiteit van Amsterdam, 30 september 2009.

Oudertraining bij ADHD

Kinderen met ADHD worden minder lastig en hebben minder angst- en stemmingsklachten wanneer hun ouders een groepstraining volgen, blijkt uit het promotieonderzoek van klinisch psycholoog Barbara van den Hoofdakker.

Van den Hoofdakker analyseerde de resultaten van Groepsoudertraining – een interventie van het Universitair Centrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie in Groningen – bij 47 basisschoolkinderen met ADHD en gedragsproblemen. Zij kregen daarnaast de gewone ADHD-behandeling, inclusief medicatie. Een controlegroep kreeg alleen die reguliere zorg. Door de oudertraining namen de gedragsproblemen en angst- en stemmingsstoornissen bij de kinderen sterker af dan in de controlegroep. De ADHD-symptomen en de ouderlijke stress namen in beide groepen evenveel af. Een uitzondering hierop waren de kinderen die naast ADHD slechts één andere gedrags- of psychische stoornis hadden: bij hen verminderden de ADHD-symptomen wel extra door de oudertraining.

De oudertraining bestond uit twaalf sessies van twee uur over opvoedstrategieën en vaardigheden. Hoewel het onderzoek zich richtte op oudertraining bij ADHD, bleek de positieve nevenwerking – afname van angst- en stemmingsstoornissen – het sterkst te zijn.

De onderzoeker bepleit invoering van oudertraining in de reguliere ADHD-zorg. Ze vermoedt dat daardoor minder medicatie kan worden voorgeschreven.

B.J. van den Hoofdakker, *Behavioral parent training for children with ADHD. Effectiveness in clinical practice and moderators of treatment response*. Rijksuniversiteit Groningen, 7 oktober 2009.

Zwangerschap en gezondheid

Vrouwen met een lage sociaaleconomische status hebben vaker gezondheidsproblemen tijdens een zwangerschap, waardoor negatieve gevolgen voor de gezondheid van hun kinderen kunnen ontstaan. Dat blijkt uit een studie van Lindsay Silva in het kader van het ‘Generation R’-project, dat tienduizend Rotterdamse kinderen langdurig volgt.

De kans van laagopgeleide vrouwen op zwangerschapsvergiftiging is vijf keer zo hoog als die van hoogopgeleide vrouwen, en zij krijgen beduidend vaker hoge bloeddruk. Ook zwangerschapsdiabetes komt meer voor. Deze problemen zijn deels te verklaren door algemene risicofactoren als stress, roken en overgewicht, die bij laagopgeleide vrouwen een grotere rol spelen.

Silva onderzocht ook de foetussen, baby’s en peuters van deze moeders. Zij ontdekte dat de groei in de baarmoeder achterbleef. Verder vertoonde de lengtegroei van de baby’s een afwijkend patroon: eerst korter en later langer dan de gemiddelde baby. Onder medici gelden deze gegevens als een gezondheidsrisico. Bovendien hadden de kinderen meer bovensteluchtweginfecties tijdens hun eerste twee levensjaren.

Silva laat zien dat het verschil tussen arm en rijk al in de baarmoeder begint. Interventies om dat verschil te verkleinen, moeten zich volgens haar richten op roken en overgewicht bij moeders, maar in de praktijk is het lastig om juist de lagere sociaaleconomische groepen met die boodschap te bereiken.

L.M. Silva, *Fetal origins of socioeconomic inequalities in early childhood health. The Generation R Study*. Erasmus Universiteit Rotterdam, 2 oktober 2009.