

Psychosociale steun bij een leerstoornis



'Wegwijs in dyslexie en dyscalculie' is een nieuw, geïntegreerd behandelprogramma. Het traint jeugdigen - van negen tot zestien jaar - om te gaan met hun leerstoornis. Zo hebben ze minder last van negatieve gevolgen als faalangst en somberheid. Het programma bestaat uit een handleiding voor pedagogen en werkboeken voor leerlingen.

Dyslexie en dyscalculie zijn frequent voorkomende leerstoornissen. De meest gehanteerde prevalentiecijfers zijn voor dyslexie 6,7% en voor dyscalculie 2,5%. Dat betekent dat bijna een op de tien jeugdigen een leerstoornis heeft. Zij worden in de klas, maar ook vaak daarbuiten, ondersteund om zich het leren lezen, spellen of rekenen beter eigen te kunnen maken.

Een deel van de jeugdigen heeft echter ook last van psychosociale problemen zoals faalangst, somberheid en een laag zelfbeeld. Het is belangrijk dat zij op een adequate manier leren omgaan met hun leerstoornis. Zodat ze daar minder nadelige gevolgen van ondervinden, maar bovenal dat ze met meer kans op succes kunnen profiteren van inhoudelijke ondersteuning. Voor hen is *Wegwijs in dyslexie en dyscalculie - Training in het leren omgaan met een leerstoornis* ontwikkeld.¹

Leerstoornis en psychosociale gevolgen

Jeugdigen met een leerstoornis hebben een verhoogde kans op het ontwikkelen van psychosociale problemen, zoals angst- en stemmingsklachten en lage zelfwaardering.^{2,3} Als een leerling de diagnose van een leerstoornis heeft, maar vaak ook al daarvoor, krijgt die adaptieve instructie door de leerkracht. Helpt dat onvoldoende, dan komt er in veel gevallen aanvullende begeleiding door een lees- of rekenspecialist. Bij onvoldoende

voortgang kan vervolgens remedial teaching of behandeling door een orthopedagoog hulp bieden. Het risico op het ontwikkelen van psychosociale problemen neemt toe naarmate jeugdigen hun leerstoornis als steeds meer belastend gaan ervaren. Het is daarom belangrijk om degenen die lijden onder hun leerstoornis, naast de didactische begeleiding, te ondersteunen in hun sociaal-emotionele ontwikkeling.⁴ Hoe jeugdigen hun leerstoornis beleven, kan je begrijpen vanuit verschillende aspecten. Zoals hun zelfbeeld, de mate waarin zij last hebben van (faal)angst en hun copingvaardigheden. Het zelfbeeld heeft betrekking op hoe zij hun functioneren beoordelen, zowel in het algemeen als wat betreft hun schoolse vaardigheden. Doordat ze herhaaldelijk faalervaringen rondom het leren hebben opgedaan, is hun schoolse zelfbeeld vaak negatief en kunnen ze (faal)angst ontwikkelen. Angst zorgt voor stress en spanning, waar jeugdigen op verschillende manieren mee kunnen omgaan. Hun copingvaardigheden kunnen handig en minder handig zijn. Een negatief zelfbeeld, (faal)angst en onhandige copingvaardigheden zijn risicofactoren voor psychosociale problemen.

Aanknopingspunten voor interventies

Zowel de prestaties zelf als de beleving van het leren, vormen belangrijke aanknopingspunten voor interventies bij stagnerende

Ouders en school zijn actief betrokken bij de behandeling, vooral om hen te ondersteunen bij het creëren van een begripvolle en steunende omgeving

leerprestaties en/of een negatieve beleving daarvan. De ondersteuning die jeugdigen met een leerstoornis ontvangen vanuit hun omgeving is een van de belangrijkste beschermende factoren om het ontwikkelen van psychosociale problematiek tegen te gaan.^{2,4} Betekenisvolle relaties met ouders, docenten en leeftijdgenoten dragen bij aan het welbevinden van jeugdigen met een leerstoornis. Zoals aandacht hebben voor en ruimte geven aan de emoties die spelen rondom de leerstoornis, het accepteren van de leerstoornis en begrip tonen voor de bijkomende moeilijkheden, het samenwerken met andere betrokkenen zoals school en externe hulpverlening, en het ondersteunen van de didactische ontwikkeling.

Psychodiagnostisch onderzoek

Wanneer gedragsdeskundigen middels een psychodiagnostisch onderzoek zicht willen krijgen op de aard en ernst van leerproblemen, zou het in kaart brengen van de leerbeleving daar onderdeel van moeten zijn. Om de leerbeleving goed te kunnen interpreteren, is het allereerst van belang om in gesprek met de jeugdige en direct betrokkenen te achterhalen wat de (kern)-gedachten en gevoelens zijn ten aanzien van het leren. Daarnaast kun je op basis van observaties in onderwijsleer- en toetsituaties meer inzicht krijgen in de factoren die deze gedachten en gevoelens ontlokken en bekrachtigen. Aanvullend kun je vragenlijsten gebruiken.

Behandeling

Er bestaan diverse programma's voor het behandelen van de verschillende psychosociale aspecten van een leerstoornis bij jeugdigen in de basis- en middelbare schoolleeftijd.⁵ *Wegwijs in dyslexie en dyscalculie* is een recent ontwikkeld, geïntegreerd behandelprogramma dat zich richt op meerdere aspecten van de leerbeleving bij jeugdigen - van negen tot zestien jaar - met een leerstoornis. Zij leren omgaan met de uitdagingen die zij als gevolg van deze stoornis kunnen ervaren in het (toekomstige) dagelijks leven en in het schoolse leren.

Het programma bestaat uit een handleiding voor de orthopedagoog of psycholoog, een werkboek voor de leerling met

dyslexie en een werkboek voor de leerling met dyscalculie. De ouders en school worden actief betrokken bij de behandeling, vooral om hen te ondersteunen bij het creëren van een begripvolle en steunende omgeving.

In het programma - met tien sessies van een uur - staan cognitief-gedragstherapeutische interventietechnieken centraal. Zoals het herkennen van denkfouten, het formuleren van helpende gedachten en exposure- en ontspanningsoefeningen. De jeugdigen leren negatieve gedachten over zichzelf, anderen en de toekomst te vervangen door helpende gedachten en angsten te hanteren. Verder komen onder andere probleemoplossingsvaardigheden aan bod, zoals het op een handige manier voor jezelf opkomen en studievaardigheden.

Auto met aanhanger

Om deze technieken voor jeugdigen begrijpelijk en beeldend te maken, gebruikt de training de metafoor van een auto met een aanhanger. De jeugdige is de bestuurder van de auto, die met zijn bagage een hele route aflegt en zo 'wegwijs' wordt in dyslexie of dyscalculie. Het leren toepassen en beheersen hiervan vereist oefening en reflectie. De gedragsdeskundige kan met dit programma leerlingen met een leerstoornis en psychosociale problematiek adequaat ondersteunen in het leren omgaan met de stoornis, en de gevolgen daarvan.

tekst: Hans van Luit, Sylke Toll, Jozanneke van der Beek en Martine Mönch.

¹ Van der Beek, J.P.J., Mönch, M.E., Toll, S.W.M., & Van Luit, J.E.H. (2021). *Wegwijs in dyslexie en dyscalculie; Handleiding en werkboeken*. LannooCampus.

² Braams, T. (2019). *Handboek dyslexie: Theorie en praktijk*. Boom.

³ Van Luit, J.E.H. (2018). *Dit is dyscalculie: Achtergrond en aanpak*. LannooCampus.

⁴ Ruijsenaars, A.J.J.M., Van Luit, J.E.H., Van Lieshout, E.C.D.M., & Kroesbergen, E.H. (2021). *Handboek dyscalculie en rekenproblemen. Een dynamisch ontwikkelingsperspectief*. Lemniscaat.

⁵ Nederlands Jeugdinstituut: www.nji.nl/interventies