

SAMEN SPELEN

Je maakt geluid met een speeltje en je roept de naam van je kind om zijn **aandacht te trekken**. In de hersenen van je kind gebeuren dan razendsnel heel veel **schakelingen**.

Als eerste moet je kind jou en het speeltje opmerken (aliertheid) en zijn aandacht erop kunnen richten. Je kind moet ook weten waar het speeltje is (oriëntatie) en alle andere dingen in de omgeving even laten rusten. Dan moet je kind in fractie van een seconde bepalen of het in actie wil komen om met het speeltje te spelen. Als je kind dit wil, volgen er nog meer stappen om het doel 'samen spelen' te bereiken: Je kind moet naar het speeltje toekruipen, naar het speeltje reiken en het pakken (executieve aandacht).

De laatste stap, dus of je echt tot samen spelen komt, hangt ook af van de omgeving en de voorkeuren van je kind. Vindt hij het speeltje wel interessant, is hij voldoende uitgerust, is het rustig in de kamer qua geluid zodat hij niet afgeleid wordt?



BREINFEITJE

Schakels voor aandacht

Er zijn **drie belangrijke schakels** die beïnvloeden of je kind zijn aandacht bij een spel kan houden: **aliertheid, oriëntatie en executieve aandacht**.

Executieve aandacht heeft sterke overlap met executieve functies.

Deze schakelingen worden aangestuurd door verschillende aandachtsnetwerken in de hersenen en zijn bij jonge kinderen nog volop in ontwikkeling.

SCHAKEL 1



Alertheid

Trek de aandacht van je kind. Merkt je kind op dat je samen wilt spelen?

Je kind moet voldoende alert zijn. **Alertheid** is al aanwezig direct na de geboorte. Wetenschappers brengen aliertheid ook in verband met het vermogen van je kind om zijn aandacht langere tijd op iets te kunnen richten. Dit laatste wordt **volgehouden aandacht** genoemd.

SCHAKEL 2



Oriëntatie

Waar is het speeltje? Je kind moet focussen op het speeltje en andere prikkels in de omgeving laten rusten.

Zorg voor voldoende prikkels maar gebruik geen bergen speelgoed. Selecteer en varieer tot vier speeltjes waar je kind mee kan spelen.

Je kind moet zich **oriënteren** op de wereld om hem heen en net die **informatie selecteren** die belangrijk is. Je kind moet dus leren de aandacht te richten op wat belangrijk is en tegelijk de rest om zich heen even op de achtergrond te laten. Direct na de geboorte start de ontwikkeling van dit netwerk. Oriëntatie wordt ook wel **selectieve aandacht** genoemd.

TIPS!

- De omgeving heeft invloed op aandacht. Is er veel lawaai in de omgeving?
- Wist je dat kinderen met kwetsbare hersenen **overprikkeld** kunnen raken van **teveel informatie**?
- **Persoonlijke factoren** beïnvloeden de aandacht. Is je kind moe of boos, of heeft het honger? Dit heeft invloed op zijn spel.
- Zorg dat de **omgeving rustig** is zodat het kind zich kan richten op het spel. **Vermijd stoorzenders** bij het spelen: zet de televisie of muziek uit en leg je telefoon weg!

SCHAKEL 3



Executieve aandacht

Je kind komt naar je toe, wil het speeltje pakken en/of samen spelen.

Kijk wat je kind interessant speelgoed vindt. Ook al is het in jouw ogen een speeltje dat 'er niet uit ziet'. Als je kind het speelgoed leuk vindt, zal het zijn aandacht beter kunnen richten.

Executieve aandacht is het kunnen **plannen en controleren van de aandacht**. Deze ontwikkeling start zo rond het einde van het 2^e of aan het begin van het 3^e jaar. Weet ook dat bij jonge kinderen het tijdstip waarop de executieve functies zich ontwikkelen sterk kan verschillen? Het ene kind kan veel eerder zijn gedrag reguleren en zijn aandacht richten dan het andere kind.

EXECUTIEVE FUNCTIES



Executieve functies is een **paraplubegrip voor verschillende processen in de hersenen**. Ze zijn van invloed op hoe je kind **informatie verwerkt** en hoe je kind zijn **gedrag en emoties** kan **sturen**. Dit laatste wordt ook wel **zelfregulatie** genoemd. Bij jonge kinderen staat de ontwikkeling van de executieve functies nog aan het prille begin. Dit komt omdat de executieve functies zich bevinden in het voorste gedeelte van het brein, de **frontaalkwab**. De ontwikkeling van dit hersengebied en de hiermee verbonden netwerken is nog maar net gestart en gaat door tot in de jongvolwassenheid.

Executieve vaardigheden zijn belangrijk. De ontwikkeling van de executieve functies heeft een verband met het leren later op school. Het bepaalt ook hoe je kind omgaat met zijn eigen gedrag, emoties kan hanteren en bijvoorbeeld vriendjes kan maken.



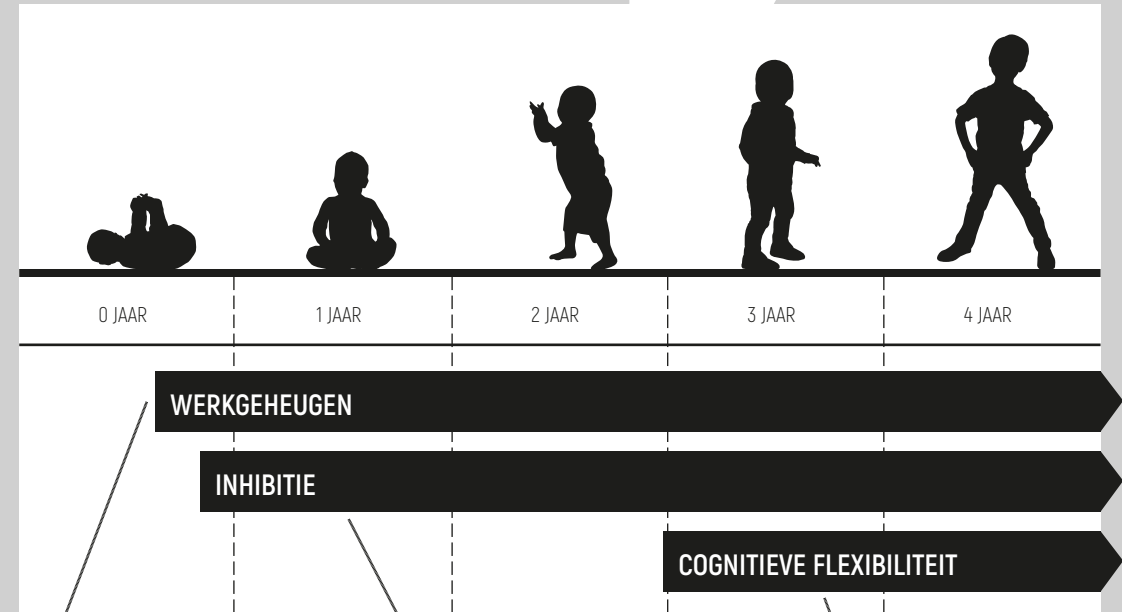
BREINFEITJE

Plannen en organiseren

Plannen en organiseren is ook een executieve functie, gericht op de informatieverwerking. Maar deze ontwikkelt zich pas vanaf het 7-de jaar. De hersennetwerken die hierbij betrokken zijn, zijn bij jonge kinderen nog nauwelijks ontwikkeld. Voor hele jonge kinderen is het dus te moeilijk om zelfstandig de stappen te plannen, laat staan de tijd in de gaten te houden. Je kan je kind hiermee helpen door structuur en handvatten te bieden. Verwacht dus geen organisatietalent van je jonge kind!

Ontwikkeling van de executieve functies

Wetenschappers zijn het niet helemaal eens over hoe en wanneer de verschillende executieve functies zich bij jonge kinderen ontwikkelen. De ontwikkeling van volgende executieve functies start in elk geval voordat een kind 4 jaar is. Ze zijn van invloed op het verwerken van informatie.



Werkgeheugen

Het kort vast kunnen houden en kunnen bewerken van informatie in het geheugen.

Inhibitie

Het kunnen remmen van emoties en gedrag. En als je kind ouder is ook het remmen van gedachten.

Cognitieve flexibiliteit

Flexibel kunnen schakelen tussen handelingen en/of gedachten.

Kinderen met kwetsbare hersenen zijn kwetsbaarder in de ontwikkeling van de executieve functies. De **ontwikkeling van inhibitie** en het **werkgeheugen** op jonge leeftijd lijkt te worden beïnvloed door aandacht en de snelheid waarmee je kind informatie kan verwerken. Kinderen met kwetsbare hersenen hebben hier vaak meer moeite mee. **Wees hier alert op.** Mocht je twijfels hebben, bespreek het eens met het kinderdagverblijf, het consultatiebureau of een arts.