

TIPS STIMULEREN EXECUTIEVE FUNCTIES

Uit: Peg Dawson en Richard Guare, *Slim maar...* (2009). Uitgeverij Hogrefe, ISBN 978 90 79729 104

Respons-inhibitie	<ul style="list-style-type: none">• Zorg dat je kind begrijpt dat er consequenties verbonden zijn aan slechte impulsbeheersing.• Bereid je kind (zo mogelijk) voor op situaties door er vooraf over te praten.• Oefen respons-inhibitie door rollenspel.
Werkgeheugen	<ul style="list-style-type: none">• Maak oogcontact voordat je de opdracht geeft.• Beperk afleiders.• Laat het kind de opdracht herhalen.• Gebruik visuele geheugensteuntjes.• Help het kind met bedenken hoe hij/zij iets belangrijks kan onthouden.
Emotieregulatie	<ul style="list-style-type: none">• Pas bij jonge kinderen de omgeving aan.• Bereid het kind (zo mogelijk) voor.• Geef het kind strategieën of een script voor probleemsituaties.
Volgehouden aandacht	<ul style="list-style-type: none">• Zorg voor toezicht.• Vergroot langzaam de spanningsboog.• Gebruik een timetimer.• Maak de taak interessant.• Gebruik een beloningssysteem.
Taakiniciatie	<ul style="list-style-type: none">• Moedig aan om gelijk te beginnen.• Deel de taak in kleine stukken.• Laat het kind vooraf bedenken hoe en wanneer hij de taak doet.• Laat het kind verzinnen hoe je hem kunt aansporen, bijv. met een wekker.
Planning/prioritering	<ul style="list-style-type: none">• Betrek het kind bij het plannen en beschrijf de stappen.• Als je deze vaardigheden wilt aanleren, zet ze dan allereerst in bij dingen die je kind graag wil hebben of doen. Bijv. een boomhut bouwen.• Laat het kind aangeven wat het belangrijkste is en dus het eerst moet gebeuren.
Organiseren	<ul style="list-style-type: none">• Als het kind moeite heeft met organiseren is het goed om een systeem voor het opruimen te bedenken. Houd toezicht als het kind aan de slag gaat.
Timemanagement	<ul style="list-style-type: none">• Zorg thuis voor een voorspelbare dagelijkse routine. Dit draagt bij aan het besef dat tijd ordelijk verloopt.• Praat met het kind over hoe lang het duurt om iets te doen.• Maak gebruik van kalenders en roosters en moedig je kind aan om hetzelfde te doen.• Gebruik een timetimer.
Flexibiliteit	<ul style="list-style-type: none">• Introduceer niet teveel veranderingen tegelijk.• Vertel vooraf wat komen gaat.• Houd je zoveel mogelijk aan de planning.• Maak een taak minder complex.• Maak gebruik van sociale verhalen.• Bedenk met het kind een strategie om inflexibele situatie aan te kunnen.
Doelgericht gedrag	<ul style="list-style-type: none">• Begin vroeg, met korte taken die een duidelijk doel hebben.• Help je kind om steeds verder gelegen doelen te halen.• Geef het kind iets om naar uit te kijken als het doel behaald is.
Metacognitie	<p><i>Metacognitieve vaardigheden kun je onderverdelen in het evalueren van je prestaties en het evalueren van sociale situaties (zelfmonitoring & zelfevaluatie).</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Stel evaluerende vragen, zoals: Hoe vind je dat je de opdracht hebt uitgevoerd?• Leer het kind vragen, die het aan zichzelf kan stellen. Bijvoorbeeld: Wat is het probleem? Houd ik me aan mijn plan?• Laat het kind beschrijven hoe een voltooide taak eruit ziet.