

# Vanuit intrinsieke motivatie weer in beweging komen

**Kinderen willen leren. Leren is een menselijke behoefte waar ze recht op hebben. Daarom spreken we gelukkig niet meer van leerplicht, maar van leerrecht. Leren is natuurlijk breder dan het onderwijs op school: kinderen leren de hele dag door. Jonge kinderen zijn leergierig en nieuwsgierig. Ze leren spelenderwijs en ontdekken zichzelf, de ander en de wereld. Waarom gaan veel kinderen dan in de ankers en ervaren zij school als plicht en niet zozeer als recht? Wat hebben zij nodig om weer gemotiveerd te raken en in beweging te komen?**

door Margriet Schouten en Tanja Stigter

Vanaf groep 3 wordt het leren statischer. De lichamelijke beweging tijdens het leren wordt minder, de zintuigen worden niet meer aangesproken en spel wordt vervangen door werk. En dat terwijl juist beweging, de inzet van zintuigen en spelen belangrijke aspecten zijn van het leren van nieuwe dingen en het goed laten beklijven van het geleerde. Stilzitten heeft een negatief effect op de hersenen. Bij bewegen wordt de communicatie tussen de linker- en rechterhersenhelft versterkt. Zuurstof in de buitenlucht zorgt nog eens voor extra concentratie. Een steeds groter aantal kinderen kampt met motivatie- en concentratieproblemen en raakt achter in hun ontwikkeling omdat ze niet of niet alle dagen naar school gaan. Daarnaast kunnen ook traumatische gebeurtenissen zoals pesten, een slechte relatie met de leerkracht etc. de oorzaak zijn van het weigeren om naar school te gaan. Naast de cognitieve ontwikkeling loopt ook hun sociale en emotionele ontwikkeling verder achter. Het aantal leerlingen dat thuis zit met een vrijstelling van de 'leerplicht' neemt toe. Onder hen is een grote groep prima leerbare hoogbegaafde thuiszitters. Dat is vreemd, want een vrijstelling is juist bedoeld voor ernstig beperkte, juist niet-leerbare kinderen. Ondanks de Wet passend onderwijs, die ervoor moet zorgen dat er een passend leeraanbod wordt gedaan, komen veel hoogbegaafde kinderen thuis te zitten omdat ze niet meer naar school willen.

## **Elin, dertien jaar, hoogbegaafde, sensitieve autodidact**

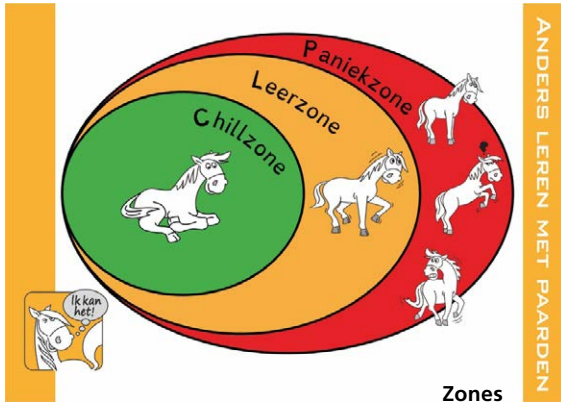
Elin is één van die hoogbegaafde thuiszitters. Ze is dertien jaar, getest met een IQ van 136 en ze zit in de brugklas. Althans, daar zou ze moeten zitten, maar in de praktijk is ze fulltime thuis. Na een uitvoerige intake op de praktijk met Elin en haar ouders komen we heel veel te weten over

haar negatieve ervaring in de schoolomgeving. Op de basisschool ging het al af en aan. Steeds vaker ging ze niet naar school. School is kwalitatief uitermate teleurstellend, volgens Elin. Een belangrijke oorzaak op de basisschool was volgens haar het computerprogramma Snappet. Het maken van fouten werd in haar geval flink afgestraft. Hoe meer opgaven ze achter elkaar goed maakte, hoe groter het aantal punten dat werd afgetrokken bij een fout antwoord. Wanneer ze vaker fouten maakte, was het afgetrokken aantal punten minder groot. Elin vond dat niet eerlijk en raakte gedemotiveerd. 'Ik kan beter alleen opgaven maken die ik gemakkelijk vind...'. Elin werd steeds gevoeliger voor het maken van fouten en begon steeds meer onder te presteren om te voorkomen dat ze fouten maakte. Haar leervermogen kreeg een flinke deuk.

Samen met haar ouders maakte Elin een zorgvuldige keuze voor een middelbare school; een school waar haar creatieve talenten goed tot uiting konden komen. In de eerste drie maanden ging het echter al mis. Elin voelde zich beknot in haar vrijheid en haar dagen bestonden voor haar gevoel uit naar school gaan, huiswerk maken, eten en naar bed. Ze werkte hard, wilde het graag goed doen, maar het lukte maar niet. Ze legde de lat enorm hoog voor zichzelf. Tussen iets niet doen en iets perfect doen zat in Elins geval niets. Ze wilde het in één keer goed kunnen en stond zichzelf niet toe om fouten te maken. Elin was buiten haar leerzone terechtgekomen. Steeds vaker sloeg de paniek toe, lukte het leren niet meer en kwam ze in de *freeze-fight-flight*-modus – in haar geval de *flight*-modus –, en ze fietste steeds eerder weer naar huis. Weg van de paniekzone, terug naar de chillzone. De constante spanning om te presteren werd haar te veel en ze kon alleen nog ontspannen als ze thuis in de chillzone bleef. Elin



weigerde vóór de kerstvakantie al om nog naar school te gaan. Thuis voelde ze zich veiliger, ze wilde geen enkele druk meer voelen. Thuis zit ze zeker niet stil en is ze druk met creatieve uitpattingen op het gebied van handwerken, waarbij ze YouTube veelvuldig raadpleegt en haar eigen 'leerweg' volgt. Ze is een zelfsturende leerling.



Er volgden veel gesprekken tussen ouders, school en de betrokken instanties. Die gesprekken leidden er niet toe dat Elin weer gemotiveerd raakte om het weer te gaan proberen op school. Haar ouders werden steeds radelozer, want ze zagen dat hun spring-in-'t-veld zich steeds verder terugtrok.

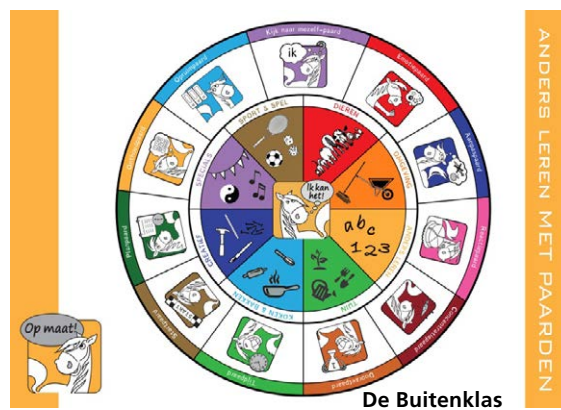
### De Buitenklas

Margriet is op een andere manier gaan kijken wat passend voor Elin zou kunnen zijn, wat zou helpen zodat ze weer fijner in haar vel ging zitten. Omdat Margriet intensief samenwerkt met een pilot van de Buitenklas – een initiatief van collega/ paardencoach Tanja Stigter dat op meerdere locaties plaatsvindt –, stelt ze Elin en haar ouders voor om Elin naar de Buitenklas te laten gaan. Dit aanbod lijkt Elin op het lijf geschreven, omdat er nog maar één ding was waar ze voor te porren was: de wekelijkse paardrijles bij de manege.

De Buitenklas is een nieuw initiatief voor thuiszitters waarbij kinderen meehelpen met het verzorgen van de paarden en hun leefomgeving. Om Elin weer in beweging te krijgen gaat ze nu sinds een aantal maanden één ochtend per week naar De Buitenklas. Je kunt het vergelijken met dagbesteding op een zorgboerderij, maar dit is een speciaal initiatief dat is gericht op kinderen van zeven tot vijftien jaar die niet meer of nog maar gedeeltelijk naar school gaan. De kinderen hebben alle mogelijke diagnoses gekregen: hb, dyslexie, trauma, PTSS, dwangneurose, faalangst, paniekaanvallen, sociale angst, hechtingsproblematiek, ASS, depressie, selectief mutisme, ADHD, HSP/prikkelgevoelig etc.

Het bijzondere aan De Buitenklas is dat alle activiteiten worden begeleid door goed opgeleide

coaches die met kinderen en paarden werken en dat het trainen van de executieve functies voortvloeit. De Buitenklas wordt veel bezocht door hoogbegaafde kinderen zoals Elin. Juist door deze kinderen zicht te geven op hun sterke en nog te trainen praktische vaardigheden, leren ze hun eigen patronen en gebruiksaanwijzing kennen en bij te sturen. Dit wordt verpakt in een achttal activiteengebieden volgens een gestructureerde dagindeling met voldoende overleg en zeggenschap voor de deelnemers. Naast het verzorgen van de paarden (op veel locaties zijn ook nog andere diersoorten aanwezig, zoals ezels, kippen, geiten, schapen, alpaca's, honden en katten) en hun leefomgeving zijn er nog de thema's Anders Leren, Tuin, Koken & Bakken, Creatief, Specials en Sport & Spel.



### Activiteiten

Wat doet Elin precies bij De Buitenklas? Elin vertelt dat ze samen met de andere deelnemers de eerste helft van de ochtend de paarden en hun leefomgeving verzorgt. Ook de kippen worden daarbij niet vergeten. Het zorgen voor dieren geeft haar een verantwoordelijk gevoel en daarom komt ze altijd, althans bijna altijd. In drie maanden tijd is ze slechts twee keer thuisgebleven. Een keer na een druk weekend, toen haar hoofd nog vol zat, en een keer toen het echt heel erg slecht weer was. Dat kan en mag.



Een heel belangrijk aspect van de Buitenklas is dat thuiszitters zich kunnen en willen committeren om vanuit zichzelf weer in beweging te komen. Want Elin wilde zich in eerste instantie nergens meer aan vastleggen door de teleurstellingen die ze op school had ervaren. Bij elke verwachting voelt ze een druk dat ze iets moet waarmaken, dat ze

moet laten zien wat ze in huis heeft. Dat geeft haar een dusdanige stress dat ze niet meer in haar leerzone kan zijn en zich terugtrekt in de chill-zone, waar je niets hoeft of alleen de dingen doet waar je al goed in bent. Na haar eerste ochtend bij De Buitenklas was haar vrolijke reactie echter: 'Ik heb er een vriendin en een vriend bij!' Ze had een goede klik met de andere deelnemers omdat er bij De Buitenklas zorgvuldige matches worden gemaakt. Daaruit blijkt weer hoe belangrijk het sociale aspect is. Kinderen die niet meer naar school gaan, missen veel interactie met leeftijdsgenoten. In de Buitenklas wordt heel veel samengewerkt, maar is er ook altijd de mogelijkheid om je even terug te trekken.

Bij de activiteit Anders Leren gaan de kinderen aan de slag met de paarden. Er zijn speciale parcoursjes voor lezen, spelling, werkwoordspelling, klokkijken, tafels en optellen & aftrekken. Hierbij wordt veel met mindset gewerkt. Niet alle kinderen zijn alweer toe aan Anders Leren. Sommige kinderen hebben een dermate grote weerstand opgebouwd tegen alles wat op school lijkt, dat het voor hen heel fijn is om 'gewoon' een plek te hebben waar ze tot rust kunnen komen en van daaruit weer vanuit zichzelf in beweging kunnen

### Wat wordt er zoal aangeboden in de Buitenklas?

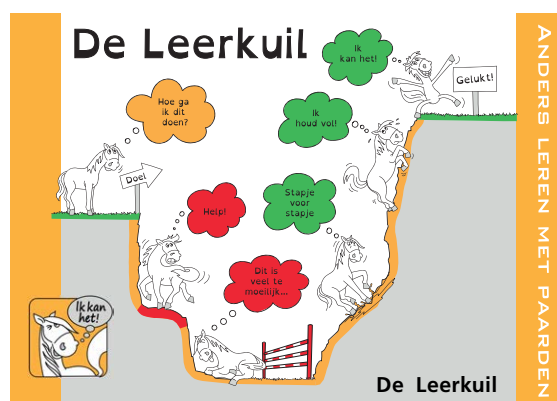
Er worden tuintjes aangelegd met eetbare paardenplanten en kruiden waarbij wordt gekeken naar de geneeskrachtige ingrediënten, er worden leuke verrijkingselementen in de leefomgeving van de paarden gemaakt zoals mineralenbuffetten en ponypuzzels voor het nodige hersenwerk, er wordt gevilt met het paardenhaar dat in het voorjaar loskomt, er wordt uitgemest, gevoerd, in de omgeving gewandeld en aan wildplukken gedaan, de stroom op de omheining wordt gerepareerd, losse planken op hooibakken worden weer vastgetimmerd, giftige onkruiden worden gewied, de rijbak wordt gesleept met de pony, er wordt geluisterd naar een mooi paardenverhaal, er worden paardentaarten gebakken met behulp van het Maten & Gewichten-parcours om de verjaardagen van de paarden te vieren waarbij de deelnemers zelf de recepten en de ingrediënten verzorgen etc. Het maakt eigenlijk niet uit wat je doet, als de wereld er maar een beetje mooier van wordt voor de dieren. En ondertussen worden de eigen paardenkrachten getraind. Want je moet kunnen bedenken hoe je start, hoe je doorzet, hoe je je aanpast aan veranderende omstandigheden of verandering van inzicht, hoe je je blijft concentreren (ook als je moe wordt), hoe je alles kunt onthouden, hoe je de tijd indeelt, in welke volgorde je je activiteiten plant, hoe je je emoties stuurt, hoe je je impulsen onder controle houdt en hoe je terugkijkt op jezelf, hoe je bezig bent en dat weer kunt bijstellen... Dat leer je niet uit een boekje, dat leer je door te doen, door trial-and-error, dus fouten maken is heel nuttig. Je leert weer omdat je in beweging bent gekomen en je bent in beweging gekomen omdat je zin hebt om iets aan te gaan!



komen. Door activiteiten te doen waar ze intrinsiek voor gemotiveerd zijn, zoals met dieren bezig zijn. Want die zorgen voor stressreductie. En van dieren kun je heel veel leren... want er komt nogal wat bij kijken om een paard goed in zijn element te houden. Er is aandacht voor een positieve trainingmethode voor de paarden, waarbij de paarden zelf aanhaken als ze gemotiveerd zijn, maar ook 'nee' mogen zeggen. Veel thuiszitters herkennen zich hierin en weten hoe ze de paarden kunnen motiveren: het moet vooral niet lijken op werken, maar op spelen!

### Praktische vaardigheden

Hoogbegaafde leerlingen lopen vaak vast omdat ze de leerkuil niet hebben leren doorlopen. Ze leren niet via trial-and-error en hebben daardoor veel van de hiervoor genoemde executieve functies onvoldoende ontwikkeld. Dat maakt dat de studievoordigheden om tot succes te komen (lees je IQ tot uitdrukking te laten komen) onderontwikkeld zijn en dat daar meer aandacht naar uit mag gaan dan naar de lesstof zelf. Om dit voor de deelnemers van De Buitenklas inzichtelijk te maken, hebben zij hun intake met hun ouders in een coachingsessie met het paard. Hierin ontdekken ze welke executieve functies (waarbij we spreken van paardenkrachten) al sterk getraind zijn en welke niet.



Tijdens alle activiteiten die worden ondernomen in De Buitenklas, spreken we een aparte taal: we spreken over de kracht van de kudde, over de verschillende paarden die iemand in zijn kudde heeft die supergoed bezig zijn of die een steekje laten vallen. Met een flinke vleug humor! Elin weet ondertussen precies welke paarden bij haarzelf in training staan: het doorzetpaard, het emotiepaard en het startpaard.

De ochtenden worden afgesloten met een korte terugblik aan de hand van het kijk-naar-mezelf-spel. Hierbij plaatsen de deelnemers voor zichzelf, voor de paarden en voor de coach pionnen op het tafelspel om aan te geven wie waar sterk of minder sterk in was die dag. Dat wordt toegelicht met de ervaringen van die dag.



kijk-naar-mezelf-spel

Bij aanvang van De Buitenklas is te zien hoe gevoelig Elin is geworden voor het maken van fouten. Haar eigenwaarde hangt af van haar score. Ze is enorm perfectionistisch, vraagt geen hulp om anderen niet te laten weten dat ze het niet weet en wentelt activiteiten waar ze zich niet zeker over voelt af op de andere deelnemers door zich onverschillig op te stellen. Ze kan dan ook boos zijn en zich in zichzelf terugtrekken. Er zijn echter volop activiteiten waar ze vol enthousiasme aan deelneemt en van gaat stralen, waar ze haar talenten in kan laten zien. Ze is een van de weinigen die met de kleine, pittige pony overweg kan omdat ze zich helemaal in de pony herkent. Ze ziet precies wanneer het de pony te veel wordt en weet dan ook precies hoe ze de pony in stapjes kan begeleiden om het wel te kunnen. En daarmee helpt ze zichzelf letterlijk verder. Want dit gaat over haarzelf, over dat je het niet in één keer perfect hoeft te kunnen maar in stapjes mag leren.

### Preventief

De Buitenklas waar Elin aan deelneemt, is een kleine Buitenklas; hij bestaat uit drie personen. Naast Elin een jongen uit groep 8 en een meisje uit de tweede klas van de middelbare school, die wél de rest van de week naar school gaan. Voor hen werkt De Buitenklas preventief. Ze laden er weer van op en kunnen er de rest van de week op school weer tegenaan. Elin staat ondertussen op de wachtlijst voor een andere middelbare school. Ze geniet van het buiten bij de dieren bezig zijn en heeft iedere keer volop ideeën voor activiteiten, die door de coach van haar Buitenklas worden omgezet in activiteiten waarin Elin veel leert over zichzelf. Zelfs thuis bereidt ze al dingen voor!

De Buitenklassen hebben als missie om kinderen vanuit intrinsieke motivatie weer in beweging te krijgen en zich weer competent te laten voelen. Om ze een plek te geven waar ze mogen zijn:

### Aanvullende informatie

Ondertussen is de pilot afgerond, waarbij het concept van De Buitenklas op meerdere locaties is uitgetest en geëvalueerd. Bij gecertificeerde coaches worden momenteel meer plekken gecreëerd om thuiszitters weer in beweging te krijgen middels het concept van De Buitenklas. De fasen waarin de kinderen zich bevinden, zijn divers. Waar de een nog tot rust moet komen om zich daarna weer in de leerzone te wagen, is de ander al verder in het toeleidingstraject of alweer deels naar school. Om de thuiszitterproblematiek terug te dringen moeten we out of the box denken om thuiszitters een tijdelijke passende plek te bieden waardoor ze tot rust komen en opnieuw vertrouwen krijgen in zichzelf en in hun omgeving. Zodat ze zich van daaruit weer verder kunnen ontwikkelen.



Kijk voor meer informatie op  
<https://www.anderslerenmetpaarden.nl/buitenklas.html> of scan de QR-code.

door in de natuur te spelen, te bewegen en te ontdekken en alle zintuigen weer open te zetten, kunnen kinderen zich verbinden met hun eigen natuur en de natuur en de mensen om hen heen. Voor Elin is dit een school zoals een school zou moeten zijn: de klas uit, de natuur in. ●



Margriet Schouten is integratief kinder- en jeugdtherapeute en heeft een kinder- en jeugdpraktijk in Driebergen ([www.kinderpraktijk-margriet.nl](http://www.kinderpraktijk-margriet.nl)).

Ze geeft therapie en coaching aan kinderen, pubers, jongvolwassenen en ouders, is EMDR-therapeute en begeleidt kinderen die hooggevoelig en hoogbegaafd zijn. Samen met het kind en de ouders zoekt ze systemisch uit waar onbewuste lasten of dynamieken in het familiesysteem zitten. Ze werkt vaak samen met andere disciplines zoals familieopstellers/systeemtherapeuten, een paardencoach, een haptonoom, PMT-therapeuten, een reflexintegratietherapeute, coaches met betrekking tot bewust moederschap en een psychologe. Op deze manier biedt ze begeleiding op maat om het kind weer in zijn kracht te zetten en de ouders weer in verbinding te brengen in bewust ouderschap.