

# MY KIND SUKKELEER OP SKOOL

Dinge het dalk nie so goed gegaan in die vorige skooljaar nie en jou kind se punte lyk nie waffers nie. Maretha Botes vra raad

**M**in dinge laat jou as ouer so moedeloos en bekommerd voel as wanneer jou kind se punte nie die ure se sweet agter die boeke weerspieël nie. Daar kan verskeie redes vir swak punte wees en daar is beslis maniere om uit te vind waarom jou kind swak presteer, en hoe jy kan help.

Toe Jeanne Fourie\* se dogtertjie, Suné, haar rapport aan die einde van haar graadvierjaar huis toe bring, was dit allesbehalwe waarop dié ma van Pretoria gehoop het. Vorige jare het Suné uitblink, maar daardie jaar was haar punte ondergemiddeld.

Jeanne vertel eksamen- en toetstyd was daardie jaar 'n gespanne affêre in die huis. Sy sê: "Ek sou Suné kamer toe stuur om te leer. As sy 'n uur later teruggekom en ek haar vrae oor dié leerwerk gevra het, kon sy byna niks weergee nie. Dan het dit nog 'n uur geneem om die werk saam met haar deur te gaan en weer te vra. Kom die toetsuitslae huis toe, kon sy nie die helfte van die antwoorde onthou nie. Ek was dikwels moedeloos. En ek dink Suné kon aanvoel dat ek nie met haar punte tevrede was nie. Dit het beslis nog druk op haar gesit en haar angstig gemaak wanneer dit leertyd was."

Aan die einde van die jaar het Jeanne eintlik verwag die rapport "swak" gaan wees, want sy kon die punte deur die jaar monitor. "Ek het daardie Desember lank en hard gaan dink oor wat moontlik die fout kon wees. Ek het besef daar is net te veel dinge aan die gang, hêltemal te veel aktiwiteite ná skool, min kans vir speel en wees, en

van my kant af te min positiewe aanmoediging en aanvaarding.

"Ons het saam 'n lys gemaak van dinge wat sy regtig wil doen, en dié waaroor sy nie so entoesiasies was nie, maar gedoen het omdat ek graag wou hê sy moet dit doen, soos gimnastiek en redenaars.

"Sy het besluit om drie buitemuurse aktiwiteite te laat vaar. Ek het haar vir 'n kursus ingeskryf waar sy geleer is hoe om te leer en opsommings te maak sodat sy beter kon leer en met meer selfvertroue self kon leer (sonder te veel hulp van ma!). Dié twee aanpassings het 'n reuseverskil gemaak en Suné se punte het drasties verbeter. Sy het ook meer selfvertroue gehad en haar houding teenoor leerwerk het verander," sê Jeanne.

**Dalena van der Westhuizen** van BrainRx Suid-Afrika, sê wat moontlik kan fout wees as jou kind nie na wense presteer nie en watter moontlike oplossings daar bestaan.

## LEER, MAAR DIE PUNTE IS SWAK

Maak seker jou kind weet hoe om werk op te som en te leer. Vier uur voor die boeke beteken nie noodwendig jou kind studeer doeltreffend en kan daardie inligting onthou en in 'n toets of eksamen weergee nie.

Praat met jou kind se onderwyser oor wat in die klaskamer ervaar word.

Vind uit of daar enige steuringe is wat jou kind se aandag aftrek (binne die klaskamer en ook waar/wanneer huiswerk gedoen of geleer word) en kyk of daar enigiets daaraan gedoen kan word.

Studies het bewys ongeveer 80% van leerprobleme en -frustrasies is die resultaat van swak kognitiewe gedeeltes in die brein en is nie oorgeërf of weens gebrek aan motivering of die gehalte van onderrig nie. Vir sukkelende leerders kan 'n kognitiewe assessering help om sterk en swak kognitiewe breinfunksies te identifiseer, soos lang- en korttermyngeheue, ouditiewe en visuele prosessering, konsentrasie, logika



en redenasie en prosesseringspoed.

Maak seker jou kind kan ordentlik sien en hoor – dit klink miskien voor die hand liggend, maar kinders mis baie keer inligting in die klaskamer omdat hulle nie ordentlik kan sien en hoor nie.

Beperk jou kind se buitemuurse aktiwiteite – ons sien daagliks in ons sentrums die negatiewe invloed van te veel buitemuurse aktiwiteite. As ouer verstaan ek die drang om jou kind soveel as moontlik biotstelling en geleenthede te wil bied, maar hou dit binne perke. Daar is al hoe meer studies wat bewys dat kinders in werklikheid meer baat by informele speel as konstante formele aktiwiteite vind.

## HOE OM JOU KIND TYDENS TOETS- EN EKSAMENTYD TE ONDERSTEUN

Eerstens moet jy as ouer probeer ontspan. Hoe meer gespanne jy gedurende eksamentyd of assesseringstyd is, hoe groter die kans dat die atmosfeer by die huis gespanne gaan wees en jy dit onbewustelik aan jou kind gaan oordra. Hier is 'n paar basiese riglyne om te volg:

- ▶ Help jou kind om vir die assessering of eksamen te beplan. Hoe gaan ek voorberei? Wanneer gaan ek dit doen? Wat gaan ek doen? Ouer kinders kan self die beplanning doen, met jou as ouer wat daik net riglyne gee.
- ▶ Maak seker jou kind eet in die oggend voor die toets/eksamen/assessering en ook voordat hy of sy gaan leer. Gereelde (gesonde) peuselhappytes deur die dag is ideaal.
- ▶ Hou by definitiewe reëls of riglyne ten opsigte van slaaptye. 'n Kind wat vir die eksamen leer en skielik twee of drie uur minder slaap kry as dit waaraan hy of sy gewoond is, gaan ná 'n paar dae oormoeg wees en nie doeltreffend kan konsentreer of leer nie.
- ▶ Moenie jou kind met ander kinders vergelyk nie – elke kind is 'n individu met 'n eie persoonlikheid, voor- en afkeure en 'n individuele vermoë. Fokus daarop om die beste van jou kind te verwag volgens sy of haar vermoë. Moenie verwag dat hy of sy soos bootie of sussie of 'n klasmaat moet wees nie. Jou ondersteuning moet onvoorwaardelik wees en nie gekoppel wees aan hoe naby hy of sy aan jou beeld van 'n ideale kind kom nie.

## GROOT FOUTE WAT OUIERS MAAK AS DIT EKSAMENTYD IS ...

Ons werk gereeld met kinders (en ouers) wat te veel op korttermyngeheue staatmaak en eers reg voor 'n toets of eksamen leer.

Baie kinders (van A-graad-gemiddelde tot sukkelende studente) sukkel om inligting te onthou wat 'n paar dae voor die toets of eksamen geleer is, daarom word soveel inligting as moontlik die dag, aand en selfs die oggend voor die eksamen geleer. Só onthou die kind dan "meer" inligting.

Die probleem daarmee is egter dat 'n kind gewoonlik redelik gespanne raak oor die hoeveelheid werk wat in so 'n kort tydperk geleer moet word, besonderhede op pad skool toe vergeet, inligting soos 'n papegaai leer en weergee (en dus nie altyd verstaan wat hy of sy geleer het nie) en leen die volgende toets of eksamen weer amper alles van voor af moet leer. Vir baie kinders word dit dan hul normale manier van leer vir 'n toets of eksamen.

Ons sien dikwels dat kinders dan in graad 4, graad 8 en op universiteit begin sukkel om by te hou met die volume werk wat geleer moet word.

Om te leer en huiswerk te doen, is gewoonlik 'n frustrerende proses van herhaling, keer op keer op keer. My raad aan ouers is om 'n proses van voorbereiding vir die toets of eksamen in plek te stel, en om ook terselfdertyd kognitiewe funksionering te toets wat kan aandui watter kognitiewe breinfunksies versterk moet word om 'n kind in staat te stel om langer voor die tyd te kan leer, meer inligting te kan onthou en dit vinniger gedurende 'n toets of eksamen te herroep.

## TE VEEL SKERMTYD ...

Hoewel dit nog 'n relatiewe nuwe veld van navorsing is, het menige studie reeds bewys hoe nadelig oormatige tyd met rekenaars, selfone, tablette en so aan vir onder meer 'n kind se visuele ontwikkeling, konsentrasie en slaappatrone is. Dit het ook ander negatiewe gevolge soos swak sosialisering, isolasie en inmenging met gesinstyd tot gevolg. Die verband

## DIE GROOT MITES OOR KINDERS EN KOGNITIEWE FUNKSIONERING ...

Daar is nuwe kliniese studies wat al hoe meer lig op kognitiewe funksionering en die verbetering daarvan werp. Hier is die twee grootste mites wat ons daagliks in ons kognitiewe assessering en ontwikkelingsentrums teëkom:

### KOGNITIEWE BREINFUNKSIE KAN NIE VERANDER OF VERBETER NIE

As jy die ouer van 'n begaafde, gemiddelde of sukkelende leerder of student is wat graag leer, lees, konsentrasie en geheue (of selfs wiskunde) wil verbeter, mag dit nodig wees om een of meer kognitiewe breinfunksies te versterk. Wêreldwyd bevestig navorsing dat ons vermoë om te leer, lees, konsentreer en te presteer nie onveranderbaar is nie, trouens kognitiewe breinfunksies kan verbeter word en jou kind kan 'n leeftyd se voordeel van vinniger en makliker leer ervaar.

### EX HET 'N LINKER- OF REGTERBREINKIND

Hierdie is 'n baie algemene wanpersepsie – dat mens net linkerbrein- of regterbreindominant is. Die idee is dat mense wat regterbreindominant is geneig is om kreatiewer en ekspressief te wees, terwyl mense wat linkerbreindominant is weer meer analities en logiese denkers is.

Hoewel sekere breinfunksies wel meer op byvoorbeeld die linkerkant as die regterkant van die brein steun, het verskeie navorsingstudies bewys dat die linker- en die regterkant van die brein vir amper alie kognitiewe breinfunksies vereis word. Kognitiewe breinfunksies is interaktief en interafhanklik van mekaar, daarom plaas wetenskaplikes al hoe meer klem op heeibreinontwikkeling as dit by kognitiewe funksionering kom. Dit beteken ek het al my kognitiewe breinfunksies nodig om te leer, lees, onthou, konsentreer en presteer.

tussen negatiewe gevolge en te veel blootstelling aan tegnologie word dus al hoe meer bewys.

Totdat die teenoorgestelde bewys word, neem liever die veilige roete – gebruik goeie oordeel en laat tegnologietyd in matigheid toe.

Kry meer inligting by [www.brainrx.co.za](http://www.brainrx.co.za) \