

5



**BRAIN AND SPINE**  
— R E H A B —

Factoren die bepalen of je kinds leer en gedragsproblemen (*zoals ADHD, Autisme, Dyslexie*) kunnen veranderen.

---



# 5

## Factoren die bepalen of je kinds leer en gedragsproblemen (*zoals ADHD, Autisme, Dyslexie*) kunnen veranderen.

Het aantal kinderen met leer- en gedragsproblemen neemt ondanks alle kennis die voor handen is nog steeds toe. Wist je bijvoorbeeld dat 6-8% van alle kinderen een vorm van ADHD heeft, dat dit de meest voorkomende psychiatrische diagnose is bij kinderen.

1 op de 100 kinderen (waarschijnlijk meer) heeft een vorm van Autisme spectrum stoornis en dit is de snelst groeiende groep psychiatrische aandoeningen bij kinderen wereldwijd. Daarnaast heeft in ieder geval 5 procent van de kinderen een vorm van dyslexie. Deze groep is relatief stabiel maar tegelijkertijd weten we dat veel kinderen met een leerprobleem compenseren waardoor er minder snel een diagnose wordt gegeven.

Wat meer op zien baart is het feit dat in de afgelopen 50 jaar de benadering van ADHD, Autisme en Dyslexie wezenlijk niet veranderd is. Dit terwijl in de afgelopen 20 jaar een enorme hoeveelheid bruikbare informatie uit hersenonderzoek is gekomen. Helaas wordt door de meeste professionals die zich bezighouden met ADHD, Autisme en dyslexie, weinig tot geen gebruik gemaakt van deze belangrijke kennis.

Hoewel wereldwijd experts op het gebied van leer- en gedrag problemen het eens zijn dat al deze aandoeningen problemen zijn in het functioneren van de hersenen (geen ziekten dus) wordt meestal alleen gekeken naar de gedrag en leercomponent van het probleem. Dit is raar, zeker wanneer je kijkt naar een aantal opvallende feiten die uit onderzoek naar voren zijn gekomen.

Een aantal onderzoekers maken zelfs al met succes gebruik van deze nieuwe kennis en hebben aangetoond dat de kwaliteit en soms diagnose van leer- en gedragsproblemen wel degelijk kan veranderen.

Om deze verandering van aanpak te kunnen begrijpen zet ik 5 belangrijke factoren op een rij:

**1.**

## **De hersenen van je kind kunnen veranderen.**

Je kinds hersenen zijn volop in ontwikkeling en gemakkelijk te veranderen met de juiste stimulatie.

We weten bijvoorbeeld dat hersenen kunnen veranderen zelfs wanneer er echt sprake is van een beschadiging (met de juiste stimulatie kunnen mensen na een herseninfarct bijvoorbeeld veel functie terugkrijgen).

Bij jouw kind met ADHD, Autisme spectrum stoornis of leerprobleem als Dyslexie of andere niet gediagnosticeerde leer- en gedragsproblemen, is er sprake van onderliggende functie problematiek, geen permanente ziekte.

Door uit te vinden waar de functie verstoring (verzwakte functie) het grootste is, kun je veel gericht gaan werken aan het werkelijk verbeteren en opbouwen van deze verstoorde leer en gedrag functies.

**2.**

## **Erfelijkheid speelt een minder belangrijke rol dan gedacht.**

Bij veel leer- en gedragsproblemen is er sprake van een erfelijke aanleg. Er zijn bijvoorbeeld meerdere familie leden met eenzelfde soort leer en of gedragsprobleem. Autisme is de aandoening waarbij de sterkste koppeling met erfelijkheid aanwezig lijkt te zijn.

Wat we weten uit onderzoek is dat het omgevingsfactoren zijn zoals luchtvervuiling, voeding, toxines (gifstoffen), gebrek aan beweging, eenzijdige activiteiten (zoals bijvoorbeeld het gebruik van smart telefoons, computers en tablets), psychische factoren een bepalende rol kunnen hebben in welke mate een probleem als ADHD, Autisme, Dyslexie tot expressie komt of zelfs ontstaat.

Met andere woorden, wanneer je de aanwezigheid van deze storendefactoren in je kinds omgeving verandert, dan heb je direct invloed op de mate waarin je kind problemen ondervindt.

3.

**Bij zowel Autisme, ADHD en Dyslexie zijn specifieke circuits in de hersenen betrokken.**

Bij veel kinderen met leer-en gedragsproblemen is er sprake van een ongelijke ontwikkeling of zelfs achterstand in de ontwikkeling van de hersenen. Je kunt stellen dat sommige onderdelen niet of minder goed mee ontwikkelen.

Dit betekent bijvoorbeeld dat je kind nog niet klaar is om te leren lezen of schrijven terwijl je dit vanwege je kinds leeftijd wel zou verwachten. Of dat je kind emotioneel niet reageert zoals je dit zou verwachten omdat je kinds hersenen in zijn geheel achter lopen in ontwikkeling en emoties daardoor niet kunnen dempen.

Vaak bepaald de mate waarin de onbalans of achterstand in ontwikkeling aanwezig is de grootte van de problemen die je kind ondervindt.

Adresseer je deze onbalans in hersenfunctie niet dan is het minder waarschijnlijk dat je kinds leer en of gedrag problemen zullen veranderen.

Onderzoekers hebben laten zien dat het specifiek stimuleren van de rechterhersen helft bij kinderen met ADHD bijvoorbeeld resulteerde in een significante vermindering van de leer en emotionele problemen die deze kinderen ondervonden.

4.

**De huidige benadering van leer en gedrag problemen is niet gericht op het werkelijk onderliggende probleem.**

De focus van de meeste professionals die zich bezighouden met ADHD, Autisme en dyslexie is veelal in het vinden van oplossingen voor de leer en of gedrag problemen die er zijn, door de kijken naar het leer technische aspect of het veranderen van gedrag.

Hierbij wordt bijvoorbeeld gebruik gemaakt van medicatie om tijdelijk de impulsiviteit of aandachtsproblemen te veranderen of om angsten en onrust te onderdrukken (wanneer slecht gedrag en angsten uit de hand lopen kan dit een hele goede tijdelijk oplossing zijn).

Verder wordt er vaak gewerkt aan het veranderen van gedrag door nieuw gedrag aan te leren. Of wordt eindeloos geoefend om beter werkende leercircuits aan te spreken.

Al deze methoden zijn niet gericht op het veranderen of verbeteren van de onderliggende functie problemen. Het is dan ook niet vreemd dat er tot voor kort vanuit werd gegaan dat als je eenmaal ADHD, Autisme en of dyslexie hebt je daar in principe de rest van je leven mee zou moeten leven.

Hoewel remedial teaching, gedragsverandering en aanverwante methoden heel belangrijk zijn, blijkt dat dit vooral effect heeft nadat je de onderliggende functieverstoringen en factoren die daar invloed op hebben (zoals bijvoorbeeld slechte voeding of te weinig beweging) aangepakt hebt.

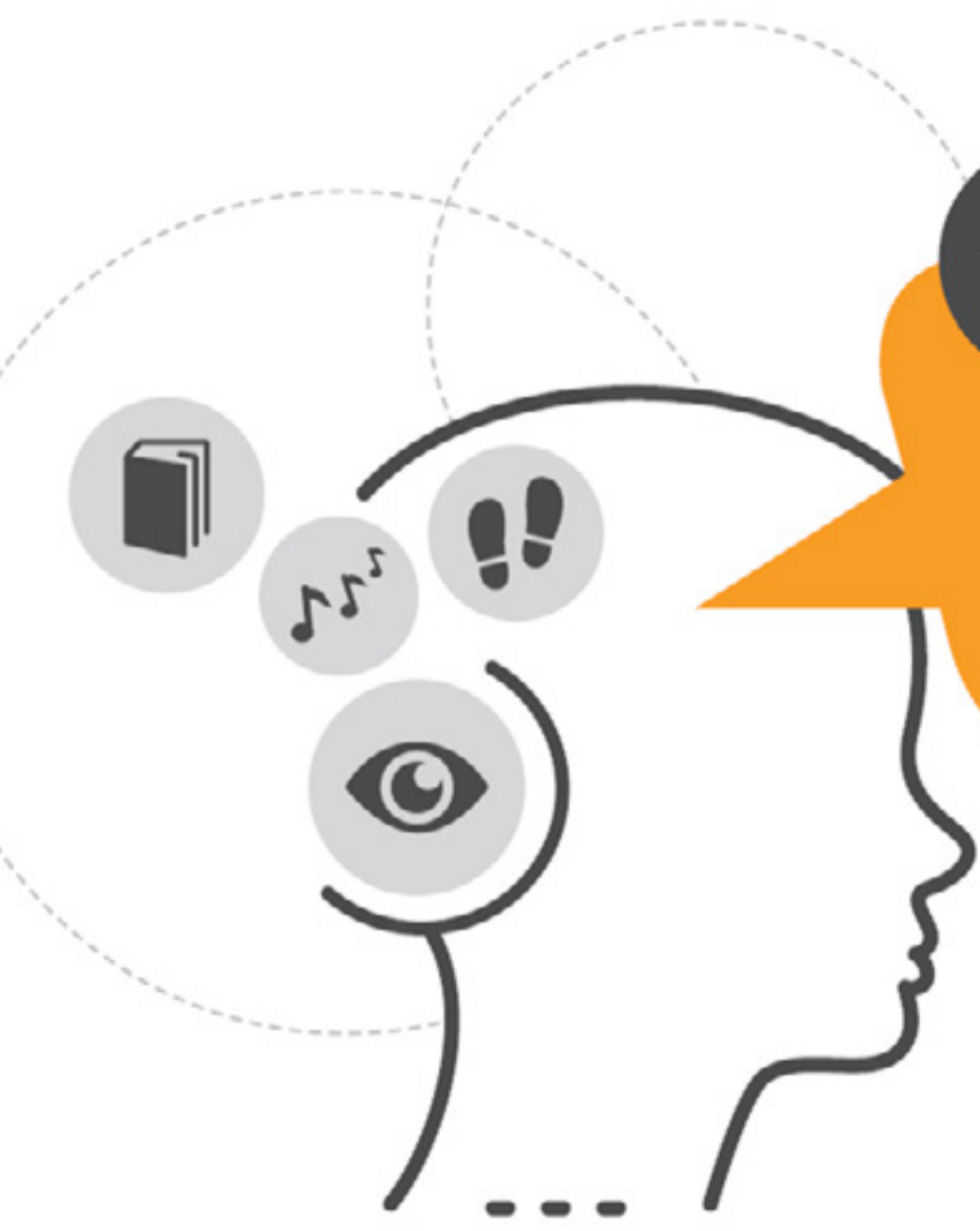
**5.**

**Er zijn op dit moment sterke aanwijzingen dat meer focus op optimale ontwikkeling van je kinds hersenen meer effect heeft en betere oplossingen biedt voor ADHD, Autisme en Dyslexie.**

Wanneer gericht gebruik wordt gemaakt van de nieuwe kennis die voor handen is uit hersenonderzoek, blijkt dat er wel degelijk mogelijkheden zijn om je kinds leer-en gedragsproblemen te veranderen.

Er zijn op dit moment een aantal studies die laten zien dat wanneer je focust op optimale ontwikkeling van je kinds motoriek, prikkelverwerking via het gehoor, zien, voelen en met name de optimale integratie binnen het evenwicht systeem en er wordt daarnaast kritisch gekeken naar je kinds voeding, immuunsysteem en de aanwezigheid van onbalans in de ontwikkeling van de hersenen, er betere oplossingen mogelijk zijn.

In Engeland is in een groot onderzoek bijvoorbeeld gekeken naar de motorische en neurologische ontwikkeling van kinderen die naar groep 3 van het basisonderwijs gaan.



MY

# NEURO FITNESS

BUILD A BETTER FOUNDATION  
FOR LEARNING AND BEHAVIOUR



**BRAIN AND SPINE**  
— R E H A B —