

'Pedagogisch professional is de belangrijkste baan die er is' - Kinderopvangtotaal

dinsdag, januari 24, 2023 10:16

Knipsel vanaf: <https://www.kinderopvangtotaal.nl/pedagogisch-professional-is-de-belangrijkste-baan-die-er-is/>

De hersenontwikkeling van jonge kinderen is niet alleen maar biologisch of erfelijk bepaald. Ouders, verzorgers en leraren kunnen aan deze ontwikkeling bijdragen. Maar ook pedagogisch professionals hebben hier een belangrijke rol in. Margriet Sitskoorn: 'Als pedagogisch professional doe je er enorm toe. Je vormt mede de hersenen van het kind.'



Margriet Sitskoorn: 'Als pedagogisch professional doe je er enorm toe. Je vormt mede de hersenen van het kind.' Foto: Pixabay/Mohamed Hassan

'Er is er veel onderzoek gedaan naar de hersenen van kinderen', vertelt hoogleraar Margriet Sitskoorn. We weten daardoor inmiddels heel goed hoe je de hersenen optimaal kunt laten ontwikkelen. Allereerst is het volgens Sitskoorn goed om te weten dat hersenen 'neuroplastisch' zijn: dat betekent dat ze zich voortdurend aanpassen onder invloed van de omgeving. 'Hoe een kind zich ontwikkelt is een samenspel van genen én de omgeving', legt ze uit. 'Op die genen heb je geen invloed, maar de omgeving van een kind kun je op allerlei manieren inrichten. Ook als pedagogisch professional heb je daarom direct invloed op de hersenontwikkeling van jonge kinderen. Dat is een heel mooie kans én een verantwoordelijkheid.'

Slaap

Er zijn verschillende factoren die van invloed zijn op die hersenontwikkeling – zowel op een positieve als negatieve manier. In haar boek *Het SUPERBREIN-geheim* vertelt Sitskoorn hierover. 'Slaap is zo'n factor. Hoe jonger het kind, hoe meer slaap het nodig heeft. Tijdens het slapen komen er nieuwe hersencellen en nieuwe verbindingen bij: de hersenstructuur wordt sterker. Daarbij zorgt slaap ervoor dat vaardigheden die een kind overdag leert, van het kortetermijngeheugen naar het langetermijngeheugen verplaatst worden. Het is daarom belangrijk dat je ervoor zorgt dat een kind op de opvanglocatie voldoende slaap krijgt. Leer het kind zelfstandig in slaap vallen. En als het kind hier moeite mee heeft, vertel de ouders dan hoe zij hun kind hier thuis mee kunnen helpen.'

Stress

Langdurige stress kan een heel negatief effect hebben op de hersenontwikkeling van jonge kinderen. 'Een beetje stress is niet erg', zegt Sitskoorn. 'Bijvoorbeeld de stress die een kind heeft bij het leren lopen of wanneer een vriendje speelgoed afpakt. Daar leert een kind van.' Maar langdurige stress is niet goed. 'Denk aan huiselijk geweld, verwaarlozing of armoede. Hersencellen van jonge kinderen gaan hierdoor letterlijk kapot en het stresssysteem verandert. Als een kind ouder wordt, zal het steeds slechter met stress kunnen omgaan. De kans is groot dat het kind sneller zal kiezen voor het vermijden van stress en pijn en op zoek gaat naar korte-termijn-genot.' Dit betekent dat iemand die als kind langdurig heeft blootgestaan aan stress, ook verslavingsgevoeliger kan worden. 'Daarom is het erg belangrijk om op de opvanglocatie een veilige haven te bieden. En als er verontrustende signalen zijn, kun je aan de bel trekken bij de ouders of de juiste instanties. Zo kun je voor een kind echt het verschil maken.'

Margriet Sitskoorn is, naast onder meer kinderpsycholoog en opvoedkundige Tischa Neve en onderzoeker Jef van den Hout, een van de sprekers op het Openingscongres Week van het Jonge Kind op vrijdag 31 maart. [Meer info of aanmelden >>](#)

Praten

Ook simpelweg praten met kinderen heeft een positief effect op hun brein. Het is niet alleen goed voor de taalontwikkeling, er komen in de hersenen ook letterlijk meer cellen en verbindingen bij. Het hoeven zeker geen ingewikkelde verhalen te zijn volgens de hoogleraar. Je kunt het brein al positief prikkelen door dingen te zeggen als: 'Kijk, ik gooi een bal tegen de muur en nu stuitert 'ie terug!' of: 'Wat zal ik eens op je boterham smeren? Pindakaas of jam?' Met taal kun je je emoties uitleggen. Het is een voorloper van moeilijkere cognitieve vaardigheden, zoals oorzaak en gevolg zien en logica ontwikkelen. Veel moeilijke vaardigheden beginnen met taalontwikkeling.'

Je doet ertoe

'Als pedagogisch professional doe je er enorm toe. Je vormt mede de hersenen van het kind. Je hersenen bepalen wat je denkt en voelt en hoe

je je gedraagt in de wereld. Dat raakt ons uiteindelijk allemaal. Het is daarom eigenlijk de belangrijkste baan die er is.' Maar hoe zit het dan met kinderen die bijvoorbeeld maar een dag in de week naar de opvang gaan? Kun je bij deze kinderen wel genoeg effect bereiken? 'Absoluut. Jonge kinderen leren voornamelijk van hun ouders, maar op de opvang leren ze dat er ook een wereld buiten hun ouders is. Ze moeten leren vertrouwen en bouwen op anderen. Dit kan al simpelweg door interactie met het kind. Praten, een bal overgooien, troosten, grapjes maken. Vooral voor een kind dat het thuis minder goed heeft, is het essentieel te weten dat er ook mensen zijn die wél lief kunnen zijn en aandacht geven.'

Volgroeid

Wanneer zijn de hersenen eigenlijk helemaal volgroeid? Margriet: 'Eigenlijk nooit. Hersenen blijven neuroplastisch tot aan je dood. Maar het is wel zo dat bepaalde vaardigheden in verschillende fasen van je leven zich het beste ontwikkelen. Zo ontwikkelen de motorische vaardigheden zich vooral in de eerste jaren van je leven. Emotieregulatie ontwikkel je pas veel later. Op zekere leeftijd wordt het lastiger om bepaalde vaardigheden nog te leren.' Margriet legt uit: 'In de kinderjaren ontwikkelen met name hersengebieden die gekoppeld zijn aan vaardigheden die een kind de rest van zijn of haar leven nodig heeft. Een goed ontwikkeld brein kan stress beheersen, taken plannen in de toekomst, dingen onthouden, goed met anderen overweg. Eigenlijk alle zaken die belangrijk zijn in een volwassen mensenleven. Hierdoor wordt het kind gelukkiger en succesvoller. En dan bedoel ik succesvoller in de zin van dat het gelukkige en gezonde keuzes voor zichzelf en de omgeving kan maken.'