

## Ontwikkelen van metacognitieve vaardigheden

Doordat de hersenontwikkeling van hoogbegaafde kinderen sneller verloopt en de hersencellen meer verbindingen maken, pakken deze kinderen alles aan vanuit het denken en vaak minder vanuit het geheugen. Dit heeft als gevolg dat de executieve functies (de regelfuncties van de hersenen die essentieel zijn voor het realiseren van doelgericht en aangepast gedrag) vaak minder goed ontwikkeld zijn. Planning en inhibitie zijn hier twee bekende voorbeelden van. Maar ook flexibiliteit en taakinisatie zijn vaardigheden waar hoogbegaafde kinderen regelmatig moeite mee hebben. Gelukkig zijn er hulpmiddelen die het kind helpt deze vaardigheden beter te ontwikkelen.

Uit de anamnese is gebleken dat uw zoon of dochter een bepaalde vaardigheid onvoldoende ontwikkeld heeft en hierdoor vastloopt, thuis of op school. Wij zullen gericht op deze vaardigheid oefeningen om de vaardigheid in te oefenen. Ook zullen we materialen aanleveren waarmee er thuis en/ of op school geoefend kan worden en de resultaten daadwerkelijk toegepast kunnen worden. Een samenwerking met de omgeving is namelijk essentieel.

Het gaat hierbij om de volgende executieve functies:

**Respons inhibitie:** Vermogen om te denken voordat je iets doet en impulsen te beheersen. Het zorgt ervoor dat je nadenkt voordat je actie onderneemt en dat je niet reageert op afleidende prikkels.

**Werkgeheugen:** Het kunnen selecteren van informatie, tijdelijk vasthouden en er dan iets mee doen.

**Emotieregulatie:** Het kunnen bedwingen van emoties en het kunnen herkennen van je eigen emoties, zodat je hier op een goede manier op kunt reageren.

**Volgehouden aandacht:** Het vermogen om je aandacht voor een langere tijd bij een taak te houden.

**Taakinisatie:** Het kunnen starten aan een taak. Kinderen met problemen in de taakinisatie vertonen vaak uitstel of ontwijkend gedrag.

**Planning en organisatie:** Vermogen om een plan te bedenken en deze uit te voeren.

**Timemanagement:** Het kunnen inschatten hoelang je nodig hebt voor een taak.

**Flexibiliteit:** Kunnen omgaan veranderingen en tegenslag.

**Metacognitie:** Een stapje terug doen om jezelf en de situatie te overzien en te evalueren.