

Het tienerbrein is echt wel kneedbaar

Zelfinzicht is voor tieners even belangrijk als kennis, zegt neuropsycholoog Jolles. "Ze moeten zich breed ontwikkelen."

Door onze medewerker
Niki Korteweg

AMSTERDAM. In de tweede klas van de middelbare school had Jelle Jolles (1949) alleen goede cijfers voor tekenen en gymnastiek - hij bleef zitten. De jonge Jolles had het veel te druk met strandjutten, vogels opzetten, schaken en uitvindingen doen. Later studeerde hij cum laude af en schopte hij het tot hoogleraar in de neuropsychologie aan de Vrije Universiteit van Amsterdam. Als specialist in hersenen en leren schreef hij een boek over het tienerbrein.

Er zijn al veel boeken over het puberbrein, waarom nog één?

„Tieners zijn fijne energieke personen die over 25 jaar onze samenleving zullen leiden. Het is onze taak hen daarvoor zo goed mogelijk uit te rusten. Mijn boek gaat over de tiener in zijn context: ouders, leraren, vrienden, sport, alles waar hij mee bezig is. Die omgeving is bepalend voor hoe zijn brein zich ontwikkelt. Ons brein, ons karakter, onze intelligentie liggen niet vast.”

Dus als je er maar genoeg in stopt kunnen vmbo-leerlingen misschien naar het vwo?

„Dát is te kort door de bocht. Maar hoe een kind leeft en wat het leert, is ontzettend belangrijk. Veel kinderen die op het vmbo zitten, hebben een relatief schrale opvoeding gehad. Met liefhebbende ouders misschien, maar met weinig stimulans om boeken te lezen, weinig uitdagend speelgoed. Dan ontwikkel je je niet in de breedte. Daarom lopen veel kinderen van hoger opgeleide ouders op hun dertiende al één of twee jaar voor op kinderen die even intelligent zijn maar toevallig niet dat voordeel hadden. Als we niets doen wordt die kloof steeds groter.”

Geldt dat ook voor de kloof tussen jongens en meisjes?

„Sommige verschillen tussen jongens en meisjes worden uitvergroot door de omgeving. Ik pleit voor een genderneutrale benadering. Tegelijkertijd is het wel zo dat jongens en meisjes zich in een ander tempo ontwikkelen. Veel meisjes zijn wat minder onderzoekend en hun taalontwikkeling verloopt vaak sneller dan bij jongens. Hierdoor overschatten we meisjes snel. We kunnen hen uitdagen om actiever te worden. Jongens zijn vaak wat beweeglijker en ongeduriger, hen onderschatten we juist vaker. Het helpt jongens ook als ze oefenen om zich uit te drukken en in te leven in een ander. En alle tieners hebben er baat bij als ze leren hun emoties te verwoorden, hun impulsen te reguleren, en hun keuzes te overzien.”

Hoe kunnen ouders die zaken met hun tieners oefenen?

„Ouders kunnen de denkvaardigheden van hun tiener verbeteren door hem of haar open vragen te stellen over wat hij denkt of doet, door hem



Neuropsycholoog **Jelle Jolles** thuis met zijn hond Flora: „Intelligentie van tieners ligt niet vast.”

FOTO OLAF KRAAK

leren te verwoorden en verbeelden, door hem feedback te geven. In dat proces heb je een gigantisch belangrijke rol als ouder.”

Wat zou u graag anders zien in het onderwijs?

„Leraren zouden vooral aandacht voor de sterktes en zwaktes van een leerling moeten hebben. Niet alleen voor de schoolse kennis, maar juist voor de persoonlijke groei en het denkvermogen. In mentorlessen zou getraind kunnen worden op neuropsychologische vaardigheden, zoals zelfinzicht, op leren hoe je moet leren, hoe je luistert naar elkaar, zelfregulatie, planning: de zogenoemde executieve functies. Dat geeft kinderen houvast.”

Maar, eh, ouders hebben vaak geen

tijd, en leraren zijn al overbelast?

„Deze dingen kunnen niet van de ene dag op de andere veranderen. Toch merk ik dat er ouders, leraren en scholen zijn die besluiten om voor hun kind of klas sommige dingen anders aan te pakken.

„En die tijd is er echt wel, je moet hem alleen anders besteden. Iedere ouder stopt veel tijd in zijn kind. Er moet eten op tafel, ze brengen ze naar sport- en muzieklessen, of naar oma. Besteed die tijd met meer aandacht en interesse. Zet je telefoon uit 's avonds, of in het weekend. Ga het gesprek aan. Dat kan gewoon terwijl je aan het koken bent, luisteren naar wat er op school is gebeurd.

Als lezer van uw boek kun je het idee krijgen dat je je tiener helemaal kunt vormen. Er zijn ook ouders die

hun kind overstelpen met bijlessen in het huiswerkinstituut om het maar op het gymnasium te houden. Is dat de bedoeling?

„Dat schiet het doel voorbij. Die ouders zetten puur in op de cognitieve ontwikkeling, en niet op de sociale en emotionele ontwikkeling, zelfinzicht, motorisch leren. Die leer je niet op een huiswerkstituut, maar in muzieklles of van de coach van het handbalteam.

„Veel zaken buiten school hebben directe invloed op wat je op school leert. Door motorisch leren verbetert bijvoorbeeld het ruimtelijk inzicht, en dat is weer nodig om wiskunde te begrijpen. De echte brede vorming omvat dus meer dan het cognitieve leren. Als je de executieve functies ontwikkelt in de tienertijd, dan komen de cognitieve gewoon mee.

Zou uw eigen schoolloopbaan er in deze tijd anders hebben uitgezien?

„Ik heb enorm geluk gehad. Ik had een leraar, meneer Van den Brandhof, en ouders die vertrouwen in me hadden. Ik bleef zitten, maar kon op het gymnasium blijven. Ik heb zoveel baat gehad bij de breedte van alle dingen die ik deed - binnen, maar ook buiten school. Zo kan dat voor veel kinderen zijn.

„Op het ogenblik schuiven scholen kinderen sneller af naar een lager onderwijstype, zodat de prestatiegraad van de school goed blijft. Kinderen worden dan ondergestimuleerd - ik denk dat ik me erg verveeld had als ik naar de hbs gegaan was. Ik vind dat zorgwekkend, omdat het ook lastiger wordt om op te kunnen stromen.

„Een traag groeiende boom kan ook de hoogste boom worden. Ruim 60 procent van onze tieners zit op het vmbo, en een groot deel heeft meer in zijn mars. Laten we ze stimuleren en inspireren, met taal, met woorden, door te verbeelden. Geef ze de kans om op een later moment naar boven te komen drijven. Tieners moeten zich zo breed mogelijk ontwikkelen, om aan het einde van die tijd zich op veel plekken in de samenleving te kunnen invoegen. Je weet tenslotte niet wat er in 2025 gevraagd wordt op de arbeidsmarkt.”

Jelle Jolles - Het tienerbrein. Over de adolescent tussen biologie en omgeving. Amsterdam University Press. €24,95.

Zes tips voor ouders

Niet alle drukke kinderen hebben ADHD

- 1 Praat** met je tiener, over de dag, over gevoelens, of over het nieuws. Zo oefen je verwoorden en verbeelden.
- 2 Debatteer** met hem, stel open vragen, stel je niet alwetend op
- 3** Help scholieren en studenten met **plannen en kiezen**, dat kunnen ze nog niet (helemaal) zelf.
- 4** Heb **vertrouwen**: iedere tiener ontwikkelt zich op zijn eigen tempo. Ook een traag groeiende boom kan de hoogste worden
- 5** **Laat je niet om de tuin leiden**: die meid van 14 die eruit ziet als 18 heeft nog jarenlang structuur, sturing en inspiratie nodig.
- 6** Bied impulsieve tieners **rust, structuur en duidelijkheid**. Drukke kinderen hebben niet altijd ADHD, ze hebben soms gewoon een paar jaar langer nodig om te leren hun aandacht te richten