

# Zomer magazine

UITGAVE VAN PEARSON CLINICAL BENELUX

MET LEUKE  
PUZZELS,  
RAADSELS EN  
ZOMERSE TIPS!

*Recepten voor smoothies  
en gerechten*

**ZÓ HOUD JE JE  
WERKGEHEUGEN  
OP PEIL  
TIJDENS DE  
VAKANTIE**

*‘Honger’ naar sociaal  
contact uitgelegd*

**TESTONTWIKKELING  
VAN A TOT Z**

**Intelligentiemeting  
bij nieuwkomers**

**Het effect van zomervakantie op schoolprestaties**



# WPPSI-IV-NL

Meer plezier voor hen.  
Beter inzicht voor jou.



*Gert Jaap Schoppink – VP Clinical & Talent Assessment Europe*

## Welkom in de zomer van...

Eindelijk, zomer! Wat mij betreft de mooiste periode van het jaar.

In mijn ideale vakantie trek ik door Europa, samen met mijn gezin (twee dochters en een zoon) en onze vouwwagen. Op weg naar plekken waar we niet eerder zijn geweest en waar we zo weinig mogelijk andere toeristen tegenkomen. De racefiets gaat mee om de natuur te verkennen, we nemen een duik in zee, bezoeken lokale marktjes, genieten van het heerlijke eten, proeven nieuwe dingen en bezoeken mooie steden. Maar ook hier thuis in Nederland in alle rust een boek lezen, lekker barbecueën of een rondje door de duinen fietsen, vind ik vakantie. Eigenlijk moet er naast lekker weer vooral een goede balans zijn tussen ultiem ontspannen, en actievere bezigheden en nieuwe dingen ontdekken.

Dat laatste is ook wat we voor ogen hebben met dit magazine. Als uitgeverij doen wij via jullie als professionals veel relevante kennis op uit het werkveld. Kennis is er om voortdurend met elkaar te delen. Ook tijdens de zomer. Maar, vakantie blijft vakantie. Dan is het ook tijd voor plezier en ontspanning. Zo is het Pearson Zomermagazine tot stand gekomen. Interessante vakliteratuur en verdiepende artikelen worden afgewisseld met vermakelijke verhalen, puzzels en spelletjes.

Ik wens iedereen veel plezier tijdens het lezen van dit magazine en natuurlijk tijdens de hele zomer. Ik hoop dat, ondanks de omstandigheden omtrent COVID-19, iedereen kan genieten van veel zon, plezier, rust en lekker eten. En doe vooral waar je zin in hebt!

Fijne zomer, allemaal!

## Colofon

Pearson Zomermagazine is een uitgave van Pearson Clinical Benelux.

### Art direction en vormgeving

Eline Spruit  
Ton Heuvelman (VRHL Content en Creatie)

### Redactie

Joost Bakker  
Nicole van Beek  
Manon Louwers (VRHL Content en Creatie)

### Fotografie:

Tammy van Nerum, Christiaan Krop, Emmely Jurrius-Siebrecht

### Copyright © 2020:

Zetfouten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Pearson verveelvoudigd of openbaar worden gemaakt. Bij het samenstellen van dit magazine is de grootste zorg besteed aan de juistheid van de hierin opgenomen informatie. Pearson is niet verantwoordelijk voor enige onjuist verstrekte informatie via dit magazine.

# In dit nummer



- 6 The game is on!  
Top 5 gezelschapsspellen
- 8 **Zomervakantie: het effect op prestaties en welbevinden**
- 14 Hallo, even voorstellen!
- 16 Digitaal testen en scoren: verleden, heden en toekomst
- 18 Zoek de verschillen
- 20 **Emotieregulatie trainen**
- 24 Sudoku's
- 26 **Het effect van beeldschermen op de concentratie van jonge kinderen**
- 30 5 boeken die je niet zomaar weglegt
- 32 **Hersenen hongerig naar sociaal contact**
- 36 Wist je dat...
- 37 Hersenkraker
- 38 De ideale zomervakantie van...
- 40 De 5 mooiste plekken: Natuurlijk in Nederland
- 42 Joost mag het (w)eten: zomerse smoothies
- 44 Intelligentiemeting bij nieuwkomers
- 46 Zoek de verschillen
- 48 **Testontwikkeling van A tot Z**
- 52 Joost mag het (w)eten: Surf en Turf BBQ spiezen, pasta Arrabiata
- 54 Use it or lose it. Hoe houd je je werkgeheugen op peil in vakantietijd?
- 56 Eerste stappen richting Mindfulness
- 57 Woordzoeker
- 58 Zoek de verschillen
- 60 Wat zegt de Verbaal Begrip Index (WISC-V) écht over taalvaardigheid?
- 62 Deze zomer onderweg naar...  
De vierde editie van het Pearson jaarcongres
- 67 Spreekwoorden
- 68 Oplossingen puzzels
- 69 Nieuw bij Pearson
- 70 Verhuisbericht
- 71 Bedankt voor het lezen!

# 5

## TOP 5 GEZELSCHAPSSPELLEN

# The game is on

Ze hebben iets nostalgisch, iets knus, en kunnen ons dichterbij elkaar brengen. Maar in sommige gevallen halen ze het slechtste in de mens naar boven, is er niets meer belangrijker dan winnen en vliegen de spelstukken door de kamer heen: Gezelschapspelletjes. De zomervakantie is de uitgelezen tijd om ze met elkaar te spelen. Ter inspiratie hebben we daarom deze top vijf voor je samengesteld:

### RISK

Nu het leven zich de afgelopen maanden hoofdzakelijk in onze eigen woning afspeelde, is het extra aantrekkelijk om weer eens de wijde wereld in te trekken. Dat kan veilig vanuit huis! Met dit strategische bordspel waarin je de wereld verovert.

Doel: Bouw een leger op, verplaats je troepen, ga de strijd aan, en verover de gebieden van je medespelers.

- Vanaf 10 jaar
- 2 tot 8 spelers
- +/- 2 uur



### 30 SECONDS

Hoe is het gesteld met de algemene kennis? Dit zenuwslopende gezelschapsspel is leuk om in (grotere) groepen vrienden te spelen, maar ook zeer geschikt voor een familieavond!

Doel: Je speelt in teams. Eén speler trekt een kaartje en probeert vanaf het moment dat de zandloper wordt omgedraaid, de begrippen op

dit kaartje te omschrijven voor zijn/haar teamleden. Hij/zij heeft daar maximaal dertig seconden voor. Hoe meer begrippen er worden geraden, hoe meer stappen je vooruit kunt en hoe eerder jouw team de finish (en dus de felbegeerde overwinning) haalt.

- 12 jaar en ouder
- 3 tot 20 spelers
- +/- 30 minuten



### PANDEMIC

Een actueel thema kan je bijna niet bedenken: virussen verspreiden zich over de hele wereld en hiervoor moet een geneesmiddel worden ontdekt. Leuk aan dit spel is dat je niet tegen, maar juist mét elkaar speelt.

Doel: Iedere speler trekt een kaartje waarbij een rol hoort, bijvoorbeeld crisismanager of arts. Deze rollen hebben allemaal eigen voordelen die door goed samen te werken kunnen worden benut. Alleen dan kan er een medicijn worden gevonden waarmee je samen de wereld redt.

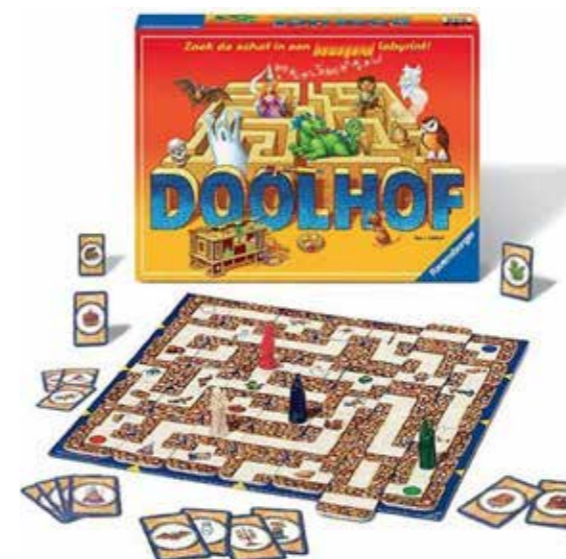
- 10 jaar en ouder
- 2 tot 4 spelers
- +/- 45 minuten

### GANZENBORD

Een beetje nostalgie kan in deze top vijf niet ontbreken. Wie heeft er geen goede jeugdherinneringen aan een spelletje ganzenbord?

Doel: Het doel van dit spel is simpel. Wie het eerst precies uitkomt in het laatste vakje van het speelbord, is de winnaar. Maar iedereen die Ganzenbord weleens gespeeld heeft, weet welke tegenslagen en hindernissen je in de weg kunnen zitten.

- 6 jaar en ouder
- 2 tot 6 spelers
- +/- 30 minuten



### DE BETOVERDE DOOLHOF

Leuk bordspel voor kleinere gezelschappen. Ga op avontuur in De Betoverde Doolhof en ontdek de vele verborgen schatten!

Doel: Trek een schatkaart en baan je vervolgens een weg door het doolhof om het object op je kaart te bemachtigen. Je moet goed nadenken en veel schuiven. En hopen dat je medespelers de weg die je voor ogen had niet zullen veranderen tijdens hun beurt. De speler met de meeste schatten en die het eerst het doolhof weet te verlaten, wint het spel.

- Vanaf 8 jaar
- 2 tot 4 spelers
- +/- 40 minuten





DR. BART VOGELAAR, UNIVERSITEIT LEIDEN, INSTITUUT  
PSYCHOLOGIE, SECTIE ONTWIKKELINGS- EN ONDERWIJSPSYCHOLOGIE

## Zomervakantie: *het effect op prestaties en welbevinden*

De zomervakantie is het moment in het jaar waar zowel leerkrachten als leerlingen enorm naar uit kunnen kijken. Zo hoor ik van ouders en leerkrachten dat de leerlingen richting het einde van het schooljaar 'op hun tandvlees lopen' en écht toe zijn aan ontspanning en vrije tijd. Ook voor leerkrachten is de zomervakantie een moment waarop ze kunnen 'bijtanken'. Leerlingen ervaren de zomervakantie vaak als oneindig. Heerlijk ontspannen en leuke dingen doen met vriendjes en vriendinnetjes, uitslapen en géén saai schoolwerk.

# D

De zomervakantie lijkt echter niet alleen maar positieve effecten te hebben. Zo is het sinds de jaren '90 bekend dat leerlingen na de zomervakantie een achteruitgang kunnen laten zien in hun schoolprestaties (Cooper, Nye, Charlton, Lindsay, & Greathouse, 1996). En hoewel vakantie en vrijetijdsbesteding ook een positief effect op het welbevinden van kinderen kunnen hebben (Holder, Coleman, & Sehn, 2009), wordt vakantie voor sommige kinderen en jongeren ook geassocieerd met verveling en eenzaamheid (Queen & Stacey, 2010). Over het effect van vakanties op schoolprestaties en welbe-

vinden van hoogbegaafde leerlingen is in de literatuur weinig bekend.

Wat kunnen we echter leren van de onderzoeken die gedaan zijn naar de effecten van vakantie op prestaties en welbevinden van leerlingen? En in hoeverre is deze informatie toepasbaar op hoogbegaafde kinderen en jongeren?

### Schoolprestaties

Het negatieve effect dat de zomervakantie op schoolprestaties van leerlingen heeft, staat bekend onder de term *summer loss*. In een van de eerste grootschalige Amerikaanse onderzoeken naar *summer loss* bleek, gemiddeld genomen, dat kinderen ongeveer één maand aan kennis en vaardigheden →

“

## Er zijn óók kinderen die na de vakantie juist een toename in vaardigheden laten zien

”

verliezen tijdens de zomervakantie (Cooper e.a., 1996). De achteruitgang in schoolprestaties leek met name aanwezig in armere gezinnen en het grootst voor rekenen-wiskunde en spelling. Voor begrijpend lezen werd iets anders gevonden: kinderen uit lagere klassen leken minder goed te gaan lezen, terwijl kinderen in hogere klassen juist een verbetering lieten zien op hun begrijpend leesvaardigheden. De auteurs wijten dit verschil aan

mogelijkheden om lezen te oefenen tijdens de vakantie. In dit onderzoek is tevens gekeken naar verschillen tussen kinderen met verschillende intelligentieniveaus. Hoewel leek dat intelligentie niet samenhang met verschillen in verminderde prestaties, bleek dat kinderen met een zeer benedengemiddelde intelligentie een grotere achteruitgang in schoolprestaties lieten zien dan andere kinderen.

### Nieuw onderzoek

Dit onderzoek en tal van andere onderzoeken leidden ertoe dat men kritischer werd op de effecten van zomervakanties. Zijn ze niet te lang? Moeten er geen oefeningsmogelijkheden zijn voor kinderen uit speciale doelgroepen om ervoor te zorgen dat ze niet te veel (of nog meer) gaan achterlopen? Recentelijk is het fenomeen van *summer loss* echter opnieuw onder de loep genomen. Uit een Amerikaans onderzoek uit 2019 onder 3,4 miljoen kinderen bleek dat gemiddeld ontwikkelende kinderen in het algemeen inderdaad achteruitgang tonen op schoolprestaties (Kuhlfeld, 2019), bij elke klas en voor zowel rekenen-wiskunde als begrijpend lezen. Tegelijkertijd vonden de onderzoekers ook veel verschillen tussen kinderen. Er zijn óók kinderen die na de vakantie juist een toename in vaardigheden laten zien. Een achteruitgang in schoolprestaties is dus niet onvermijdelijk. Bovendien bleek dat kinderen die tijdens het schooljaar de meeste vooruitgang lieten zien, na de zomer ook de meeste achteruitgang lieten zien.

### Andere resultaten in Europa

Ook in Europees onderzoek komt naar voren dat kinderen na de zomervakantie *summer loss* ervaren (Paechter e.a., 2010). Oostenrijkse onderzoekers vonden dat de achteruitgang in schoolprestaties met name gold voor rekenen-wiskunde en spelling, maar dat



kinderen een verbetering lieten zien in hun leesvaardigheden. Ook bleek dat kinderen die vóór de zomer beter presteerden, dit ook na de zomer deden. Interessant uit dit onderzoek was bovendien dat de achteruitgang, in tegenstelling tot eerdere Amerikaanse onderzoeken, binnen negen weken na de zomervakantie voor veel kinderen in te halen was. Bovendien leek het mogelijke negatieve effect op schoolprestaties te worden tegengegaan door leerlingen tijdens de zomer toch een intellectueel stimulerende omgeving te bieden, waardoor zij (kritisch) bleven nadenken en bleven lezen.

### Verskil tussen kinderen

Naar mogelijke verschillen tussen hoog- en gemiddeldbegaafde kinderen en *summer loss* is weinig onderzoek

beschikbaar. In een Amerikaans onderzoek van McCoach, Rambo en Welsh (2013) werd de vooruitgang in leesvaardigheden van hoog- en gemiddeldbegaafde kinderen tijdens het schooljaar en de zomervakantie met elkaar vergeleken. De onderzoekers verwachtten dat hoogbegaafde kinderen gedurende het schooljaar minder vooruitgang zouden laten zien in hun leesvaardigheden dan hun gemiddeldbegaafde leeftijdsgenoten, maar juist meer vooruit zouden gaan tijdens de zomer. De gemiddeldbegaafde kinderen lieten tijdens het schooljaar inderdaad een grotere groei zien in leesvaardigheid dan hun hoogbegaafde leeftijdsgenoten, al was dit verschil niet statistisch significant. Tijdens de zomervakantie lieten de gemiddeldbegaafde kinderen echter minder groei

zien in leesvaardigheid dan hoogbegaafde kinderen. Een zeer opmerkelijk resultaat was dat de groei in leesvaardigheid onder de hoogbegaafde kinderen gedurende het schooljaar net zo groot was als gedurende de zomervakantie. Voor wat betreft hun leesvaardigheden lieten de hoogbegaafde kinderen dus geen *summer loss* zien, maar ook geen uitvlakking van het leereffect.

### Welbevinden

Uiteraard is er veel meer dan alleen prestaties en is het welbevinden van leerlingen wellicht nog veel belangrijker. Uit lers onderzoek blijkt dat de zomervakantie kan zorgen voor een betere stemming, bijvoorbeeld als gevolg van het ondernemen van sociale activiteiten (Queen & Stacey, 2010). Ook het leren →



“  
**Een uitdaging is dat hoogbegaafde kinderen en jongeren zich eerder lijken te vervelen dan anderen**  
”

geluk te ervaren en een hoger zelfbeeld hadden, als zij actieve activiteiten ter ontspanning en vermaak ondernamen (Holder, Coleman, & Sehn, 2009). Kinderen die meer actieve activiteiten ondernamen, ervoeren een hoger welbevinden. Fysieke activiteit zoals sport was tevens geassocieerd met meer gevoelens van geluk en zelfvertrouwen. Passieve activiteiten, zoals gamen en tv-kijken, leken echter negatief samen te hangen met de mentale gezondheid. Zo ervoeren kinderen die veel tijd achter de computer doorbrachten bijvoorbeeld lagere gevoelens van geluk en een lager zelfbeeld.

**Effect van verveling**

Kinderen en jongeren die nieuwe vaardigheden leren, sociale (het liefst actieve) activiteiten ondernemen met

van nieuwe vaardigheden bleek bij te dragen aan een positievere stemming.

**Positief effect actieve en sociale inspanningen**

Het type activiteit dat kinderen en jongeren ondernemen tijdens vakanties lijkt een grote invloed te hebben op hun mentale gezondheid. Uit een onderzoek waarin 514 kinderen tussen 8 en 12 jaar meededen bleek dat kinderen in hogere mate aangaven

hun vriendjes en vriendinnetjes, ervaren dus positieve effecten van de zomervakantie op hun mentale gesteldheid. Uit het onderzoek van Queen en Stacey (2010) bleek echter ook dat verveling van grote invloed was op de mate waarin kinderen en jongeren een goede mentale gezondheid ervoeren. Zij die zich meer verveelden, bijvoorbeeld omdat ze veel alleen thuis waren, ervoeren lagere niveaus van geluk en een lager zelfbeeld. Ook ervoeren enkelen eenzaamheid tijdens de vakanties (Morgan e.a., 2019), wat ook een negatief effect had op hun mentale welbevinden. Kinderen die eenzaamheid ervoeren, hadden een grotere kans op gevoelens als angst en depressie.

**Vakantiebesteding voor hoogbegaafde kinderen**

Hoewel er nog niet veel onderzoek gedaan is naar specifiek de positieve en/of negatieve effecten op schoolprestaties en welbevinden van hoogbegaafde kinderen, zijn er wel enige lessen te leren uit het beschikbare onderzoek. Belangrijk is dat *summer loss*, in het algemeen niet zo dramatisch lijkt als men in de jaren '90 en begin 20e eeuw dacht. Op basis van Europees onderzoek lijkt dit effect zelfs omkeerbaar te zijn. Bovendien geldt dat als kinderen voor de zomer al goed presteerden, zoals hoogbegaafde kinderen, zij na de zomer ook goed presteren. Voor wat betreft leesvaardigheid blijkt bovendien dat hoogbegaafde kinderen net zoveel vooruitgang laten zien vóór de vakantie als tijdens de vakantie. Deze kinderen tijdens de vakantie veel schoolse activiteiten laten uitvoeren lijkt dan ook niet noodzakelijk.

**Behoeft aan uitdaging en inspiratie**

Daarnaast lijkt vakantie ook een positieve invloed te hebben op het mentale welbevinden van kinderen, waarbij met name actieve en sociale

activiteiten belangrijk lijken. Passieve activiteiten, zoals computeren en gamen, lijken juist samen te gaan met een verminderd welbevinden. Eenzaamheid en verveling liggen dan op de loer. Voor hoogbegaafde kinderen lijkt het dan ook, net als voor andere kinderen, belangrijk te zijn dat zij tijdens de vakantie voldoende sociale activiteiten met vriendjes en vriendinnetjes ondernemen. Ook zij hebben dit nodig om te kunnen ontspannen. Een uitdaging hierin is wellicht dat hoogbegaafde kinderen en jongeren zich eerder lijken te vervelen dan anderen, gezien ze veelal op zoek zijn naar uitdaging en intellectuele inspiratie. Sommige ouders maken zich daarnaast zorgen om het sociale netwerk van hun hoogbegaafde kind en zijn bang dat ze niet voldoende aansluiting vinden bij andere kinderen, bijvoorbeeld de kinderen uit de buurt. Veelal wordt deze ouders aanbevolen om bijvoorbeeld contact met ontwikkelingsgelijken te stimuleren.

**Nut van speciale zomerprogramma's**

Onderzoek laat zien dat zomerprogramma's of -kampen voor hoogbegaafde kinderen en jongeren hier uitkomst kunnen bieden. Zo werd gevonden in Amerikaans onderzoek dat jongeren die aan een zomerprogramma specifiek voor hoogbegaafden meededen, een grote vooruitgang lieten zien in hun zelfconcept en zelfvertrouwen (Cunningham & Rinn, 2007). Ook in Nederland zijn er talloze zomerprogramma's, -activiteiten en -kampen die specifiek bedoeld zijn voor hoogbegaafde kinderen en jongeren. Is dit een noodzaak voor hoogbegaafde kinderen? Zeker niet. Zolang het kind maar voldoende ontspanningsmogelijkheden heeft en, het liefst, actieve activiteiten onderneemt met andere kinderen! ●

**Bronnen:**

Cooper, H., Nye, B., Charlton, K., Lindsay, J., & Greathouse, S. (1996). The effects of summer vacation on achievement test scores: A narrative and meta-analytic review. *Review of Educational Research*, 66, 227-268.

Cunningham, L. G., & Rinn, A. N. (2007). The role of gender and previous participation in a summer program on gifted adolescents' self-concepts over time. *Journal for the Education of the Gifted*, 30, 326-352.

Holder, M. D., Coleman, B., & Sehn, Z. L. (2009). The contribution of active and passive leisure to children's well-being. *Journal of Health Psychology*, 14, 378-386.

Kuhfeld, M. (2019). Surprising new evidence on summer learning loss. *Phi Delta Kappan*, 101, 25-29.

McCoach, D. B., Rambo, K. E., & Welsh, M. (2013). Assessing the growth of gifted students. *Gifted Child Quarterly*, 57(1), 56-67.

Morgan, K., Melendez-Torres, G. J., Bond, A., Hawkins, J., Hewitt, G., Murphy, S., & Moore, G. (2019). Socio-economic inequalities in adolescent summer holiday experiences, and mental wellbeing on return to school: Analysis of the School Health Research Network/Health Behaviour in School-Aged Children Survey in Wales. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16, 1-13.

Paechter, M., Luttenberger, S., Macher, D., Berding, F., Papousek, I., Weiss, E. M., & Fink, A. (2015). The effects of nine-week summer vacation: Losses in mathematics and gains in reading. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, 6, 1399-1413.

Queen, B., & Stacey, J. (2010). The benefits of holidaying for children experiencing social exclusion: recent Irish evidence. *Leisure Studies*, 29, 29-52.

# Hallo, EVEN VOORSTELLEN!



## Pearson Academy

Wij geloven dat je nooit bent uitgeleerd. In lijn met deze visie hebben we een Academy opgericht. Bij Pearson Academy kun je terecht voor diverse (online) trainingen, gegeven door professionals uit het werkveld. Onder andere trainingen rondom het werken met onze assessments, maar ook trainingen over relevante en actuele thema's en onderwerpen die op dit moment spelen!



## Klantenservice

De klantenservice is het eerste aanspreekpunt voor vragen. Heb je vragen over een van onze producten? Vraag je je af hoe het ervoor staat met een bestelling? Of wil je je aanmelden voor een van onze platformen? Dit team is je eerste contactmoment met Pearson en staat elke dag klaar om je de ondersteuning te bieden die op dat moment nodig is!

## Sales & Marketing

Sommige gezichten ken je misschien al! Dit team adviseert in de keuze voor producten en zorgt ervoor dat nieuwe producten bekendheid krijgen. Het marketingteam zorgt ervoor dat de nieuwsbrieven verstuurd worden, dat de website up-to-date is en dat belangrijke informatie op de juiste plekken staat. De salesafdeling is veel bij klanten op bezoek om uitleg te geven over de nieuwste (digitale) producten. Zoals bijvoorbeeld tijdens de roadshows!



## Research & Development

Dit is het team waar het allemaal bij begint. Van A tot Z ontwikkelen zij de tests waarmee je in de praktijk werkt. Van de dataverzameling, analyses, het schrijven van de handleidingen, tot het uitkiezen van de meest geschikte materialen. Je kunt wel stellen dat R&D het hart van ons bedrijf is, de ontwikkeling van een test start bij R&D!



# Digitaal testen en scoren: verleden, heden en toekomst



Digitaal testen en scoren bestaat al heel lang. Al vele tientallen jaren worden computers gebruikt voor het uitvoeren en scoren van psychologische tests.

## Groot, wit bakbeest

Als psychologiestudent heb ik als proefpersoon meegedaan aan allerlei onderzoeken. Bijna allemaal bevatten ze wel een onderdeel waarbij je achter een groot wit bakbeest van een scherm een taak moest uitvoeren of een vragenlijst moest invullen. En we herinneren ons vast ook nog wel alle diskettes en cd-roms met scoreprogramma's.

Sinds de lancering van de WISC-V-NL eind 2017, heeft digitaal testen en scoren een enorme vlucht genomen in Nederland en Vlaanderen. Voor digitale afname en scoring biedt Pearson Clinical twee platformen aan: Q-interactive en Q-global.



## Scoreprogramma's van Q-global

Q-global is het online platform waarop scoreprogramma's staan voor pen en papier testbatterijen als de WISC-V-NL, CELF-5-NL, Bayley-III-NL, ZAREKI-R-NL en CAT-NL. Daarnaast kunnen via Q-global enkele tests ook digitaal afgenomen worden: Raven's 2, BDI-2-NL-R, BAI-NL en de BYI-2-NL. Wat afnemen betreft gaat het hier dus om vragenlijsten en meerkeuzetests. Inmiddels maken er al meer dan 2.000 mensen gebruik van Q-global. Het WISC-V-NL scoreprogramma wordt, hoe kan het ook anders, verreweg het meest gebruikt. In 2019 zijn er bijvoorbeeld al meer dan 57.000 WISC-V-NL rapportages gegenereerd. Het nieuwste product op Q-global is de Raven's 2. Via Q-global kan deze volledig vernieuwde versie van misschien wel 's werelds bekendste psychologische test ook digitaal afgenomen worden. En als we naar de toekomst kijken, dan is het eerstvolgende product dat we mogen verwelkomen het scoreprogramma van de WPPSI-IV-NL.



## Interactieve, digitale tests van Q-interactive

Dan Q-interactive. Dit is het platform waarmee, de naam zegt het al, interactieve testafnames digitaal uitgevoerd kunnen worden. Papieren testmateriaal zijn hierbij vervangen door de iPad, twee iPad's wel te verstaan: eentje voor de testleider en eentje voor de cliënt. Q-interactive werkt heel intuïtief en vergroot daarmee het gemak waarmee je grote testbatterijen als de WISC-V-NL, WAIS-IV-NL, WMS-IV-NL en de CELF-5-NL afneemt. Het levert zowel tijdens, als na de testafname een tijdsbesparing op, omdat je nauwelijks nog hoeft mee te schrijven. Direct na de testafname is het scorerapport beschikbaar. Ook het gebruik van Q-interactive heeft een vlucht genomen sinds de WISC-V-NL in april 2018 beschikbaar kwam op het platform. Inmiddels nemen al meer dan 1.500 mensen tests op deze manier af en in de eerste drie maanden van 2020 zijn er al meer dan 50.000 subtests afgenomen. De eerstvolgende test die aan Q-interactive toegevoegd gaat worden is de WPPSI-IV-NL.

## De toekomst

De komende jaren zal het aantal tests op Q-global en Q-interactive alleen maar toenemen. Nieuwe versies van grote testbatterijen zullen allemaal een scoreprogramma op Q-global krijgen en we proberen ook elk jaar een grote testbatterij aan de testotheek van Q-interactive toe te voegen. Uiteindelijk zullen we ook nieuwe tests ontwikkelen, die alleen nog maar op Q-interactive of Q-global verschijnen, waarvan dus geen papieren versie meer ontwikkeld wordt. ●

*Sjoerd Pieters, product owner*

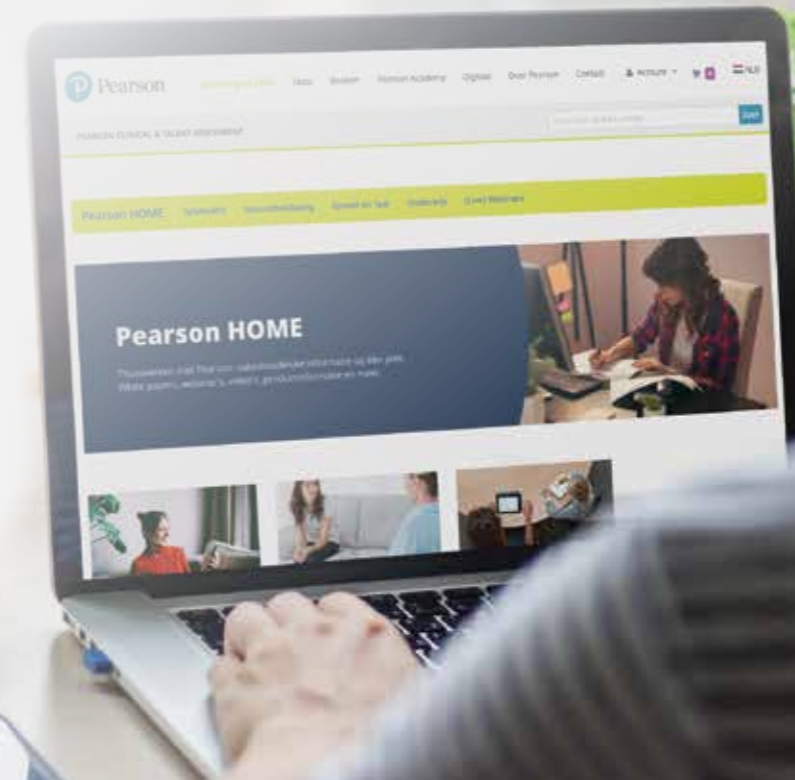


Pearson

# Pearson HOME

Een speciaal initiatief voor de periode dat velen van ons thuiswerken. Op Pearson HOME hebben wij alle vakinhoudelijke informatie op één plek verzameld: white papers, video's, artikelen, webinars en meer!

[www.pearsonclinical.nl/thuiswerken-met-pearson](http://www.pearsonclinical.nl/thuiswerken-met-pearson)



## Zoek de 10 verschillen

De oplossing staat op pagina 68



# Emotieregulatie *trainen*

Emoties maken deel uit van het leven. Daar goed mee kunnen omgaan, is cruciaal voor je stemming. Vreemd genoeg wordt in de klinische praktijk vaak veel aandacht besteed aan wat iemand denkt, voelt en doet. Maar (in tegenstelling tot het arsenaal cognitieve en gedragsmatige technieken om deze om te buigen indien gewenst) de methodieken waarbij men leert goed om te gaan met deze emoties, zijn vaak versnipperd en weinig *evidence based*.

**CAROLINE BRAET (PROF.DR. C. BRAET),**  
HOOGLEERAAR AAN DE UNIVERSITEIT GENT,  
COÖRDINATOR BIJ UNIVERSITAIR PSYCHOLOGISCH  
CENTRUM 'KIND & ADOLESCENT' IN GENT





### Wat is emotieregulatie?

Emotieregulatie (ER) verwijst naar de set vaardigheden die je gebruikt om te bepalen welke emoties je wanneer ervaart en hoe je deze uitdrukt. Problemen in emotieregulatie komen frequent voor bij allerhande problematieken. Zo spelen ze een transdiagnostische rol in het ontstaan en de instandhouding van psychopathologie. Wetenschappelijk aangetoond is dat wanneer je emoties kunt verwerken, dit effectiever is dan wanneer men voor een kortetermijnregulatie kiest (bijvoorbeeld agressief reageren) of wanneer men de emotie elimineert, onderdrukt of vermijdt. Emotieregulatiestrategieën worden op basis van hun langetermijneffecten gelabeld als maladaptief of adaptief.

Zowel het te weinig benutten van adaptieve, als het te veel gebruik van maladaptieve ER-strategieën wordt gelinkt aan het ontwikkelen van psychopathologie. Het inventariseren ervan kan klinisch relevant zijn en is minstens zo belangrijk als het nagaan wat iemand denkt en doet. Of juist niet doet.

Emoties worden als goede raadgevers gezien. Ze moeten ons informeren en motiveren om gepast te handelen. Belangrijk te vermelden is dat het niet zozeer de emotie zelf is, maar de wijze waarop men deze beleeft en de wijze waarop men met

de emotie omgaat, die de psychische gezondheid kan tegenwerken. Er bestaan ook geen 'superpower' emotieregulatiestrategieën. Wel is het belangrijk dat je beschikt over verschillende emotieregulatiestrategieën en dat je die flexibel inzet. Emotieregulatiestrategieën aanleren is enkel mogelijk wanneer je beschikt over een aantal emotionele basiscompetenties, zoals emotioneel bewustzijn en zelfcompassie. De

#### Veelvoorkomende emotieregulatiestrategieën

<i>Adaptief</i>
Probleemgericht denken of handelen
Afleiding zoeken
Zichzelf opkikkeren
Aanvaarden
Vergeeten
Cognitief herevalueren
<i>Maladaptief</i>
Opgeven
Agressie tonen
Zich terugtrekken
Rumineren
<i>Externe regulatie</i>
Sociale steun zoeken

tabel beschrijft enkele veelvoorkomende emotieregulatiestrategieën.

#### Emotieregulatie trainen

Emotieregulatie aanleren is méér dan praten over gevoelens. Een training omvat geëvalueerde methodieken in een vaste volgorde en is aangepast aan de doelgroep. Matthias Berking publiceerde hierover een zeer waardevolle training voor volwassenen in 2017 (de TEC-training). Braet & Berking (2019) en het Gents UGENT team pasten deze training aan voor kinderen en adolescenten (10-16 jaar) (EuREKA-training). Beide trainingen zijn goed geëvalueerd. Zowel het TEC-programma voor volwassenen als het EuREKA-programma voor kinderen en adolescenten beschrijven een training die je kan toepassen wanneer ongewenste emotionele ervaringen blijven hangen. De vaste volgorde is hierbij van groot belang. Starten met cognitieve herstructurering kan immers overweldigend zijn. Het zou zeker niet de eerste stap moeten zijn in het leren omgaan met emoties. Omgekeerd kan het tijdelijk helpen om bij gevoelens stil te staan en deze 'mindful' te aanvaarden. Dit is echter geen langetermijnoplossing. Deze technieken voorkomen namelijk niet dat je in de problemen blijft hangen.

#### Toepassingen van emotieregulatie bij Covid-19 klachten

Chronische stress leidt tot meer en intensere emoties. Dit stelt onze emotieregulatie nog meer op de proef. Het is daarbij mogelijk dat onze reguliere emotieregulatiestrategieën niet volstaan, omdat velen geen ervaring hebben opgebouwd met het omgaan van emoties tijdens langdurige blootstelling aan stress. Ons onderzoek toont aan dat emotieregulatie een sterk beschermend mechanisme is dat de associatie tussen het temperament en de psychopathologie van iemand medieert, op het moment dat diegene wordt blootgesteld aan chronische stress. Ons onderzoek startte in 2014 en volgt nog steeds een representatieve groep adolescenten tijdens hun groei naar volwassenheid. Het onderzoek houdt rekening met de normatieve uitdagingen waar de adolescenten voor staan, alsook de maatschappelijke crisissen waarmee zij te maken hebben. Denk aan de klimaatcrisis of de COVID-19-pandemie. In tegenstelling tot iemands temperament, zijn strategieën voor emotieregulatie veranderbaar, wat maximale kansen biedt voor (online) interventies.

Gezien de transdiagnostische rol van emotieregulatie, kan een emotieregulatietraining worden toegepast bij volwassenen en kinderen die lijden onder crisis(sen) en die kampen met verhoogde angstgevoelens. Zo kan de training worden toegepast bij mensen die last hebben van een dwangstoor-

## Chronische stress leidt tot meer en intensere emoties

nis, bijvoorbeeld door angst voor besmetting door virussen. Of voor personen met depressie, bijvoorbeeld door het verhoogde gevoel van onveiligheid of onzekerheid voor de toekomst. Of voor mensen met verhoogde gevoelens van frustratie, waarbij het telewerk kan leiden tot burn- en bore-outs. Maar ook voor mensen met een beperking, zoals ADHD of ASS, die meer stress ervaren door veranderende omstandigheden. Er zijn bij Berking ook onderzoeken gedaan naar de rol van emotieregulatie bij post-traumatische stress en middelenmisbruik, die beide gelinkt zijn aan crisistijden.

#### Toekomst

Ondanks de mogelijkheden die we hierboven schetsen, moeten we voorzichtig blijven. Wetenschappelijk gezien staat transdiagnostisch werken nog in de kinderschoenen. Zeker naar de toepassing in crisisperioden en bij chronische stress moet nog veel onderzoek gedaan worden. Het zou daarbij een grove vergissing zijn om emotieregulatie enkel als een format te zien: zowel het opbouwen van een goede therapeutische relatie, als het stellen van een diagnose (en dus ook een degelijke indicatiestelling en een degelijk behandelplan) zijn evenzeer van belang.

Samen met Berking (2017) zijn we ervan overtuigd dat het constructief omgaan met gevoelens van cruciaal belang is voor het welbevinden. De wereld zit vol gewenste en ongewenste uitdagingen en tegenslagen. Negatieve gevoelens zullen dan ook altijd blijven opduiken en kunnen veel psychische klachten veroorzaken. De wijze waarop kinderen, adolescenten en hun opvoeders thuis en op school met deze lastige gevoelens omgaan, kan daarom een grote bijdrage betekenen voor de mate waarin zij gezond en gelukkig opgroeien. ●

#### Bronnen:

Berking, M. (2017). Emotieregulatie. Training voor psychotherapeuten, klinisch psychologen en psychiaters. Houten, Bohn Stafleu Van Loghum. Braet, C. & Berking, M. (2019). Emotieregulatietraining bij kinderen en adolescenten. Therapeutenboek. Houten: Springer. ISBN 9789036823074ence. Leisure Studies, 29, 29-52.

## Sudoku's

De oplossing staat op pagina 68

1  
Makkelijk

8					5		3	
			1	6				
	7	4					5	
	2							
		9				3		
				2	7		6	
	5				6	4		
			9					5
			7			1	2	9

2  
Makkelijk

		9						6
	5				7	9		1
4								
1		6	4				8	7
				7				
		2			6			
	8					4		
3		7				5	9	
			1	9	7			8

3  
Moeilijk

							2	6
	4				9			
	7	9	6				5	
		3	7	2	6		1	
							6	
						4		
		8						
6				3	2			
	3	2		5	1			

4  
Moeilijk

6						5		
			1				4	
5		2						
							2	
4		6		7		8	9	
		5		9	3			7
							6	
					7			3
3				8		7		

# Wist je dat...?



...dit de meest populaire trainingen zijn?

1. WISC-V-NL trainingen (basis, conversie en verdieping)
2. Update TOS
3. 2-daagse Bayley training



...de Pearson Academy meer dan 35 verschillende geaccrediteerde trainingen aanbiedt?



...in 2019 de Pearson Academy 2963 deelnemers trainde?

8,4

...de trainingen van de Pearson Academy gemiddeld worden beoordeeld met een 8.4?

## Trainingen

Bekijk data en locaties op [www.pearsonclinical.nl](http://www.pearsonclinical.nl)

WISC-V-NL Basis

WISC-V-NL Conversie

WISC-V-NL Onderwijs

WISC-V-NL Verdieping

WAIS-IV-NL Basis

WAIS-IV-NL Verdieping

WPPSI-IV-NL Basis

WPPSI-IV-NL Conversie

Bayley-III-NL Motoriek

Bayley-III-NL Motoriek verdieping

Bayley-III-NL Basis (2 dagen)

Bayley-III-NL Verdieping

Beery-VMI

Beery VMI & SOS2-NL

SOS2-NL

CAT-NL Verdieping

NEPSY-II-NL

RAKIT-2

CELF-5-NL

Update TOS

Geheugen & Logopedie: Taal

Geheugen & Logopedie: Dementie

Geheugen & Logopedie: Executieve functies

Geheugen & Logopedie: Luisteren en Auditieve verwerkingsproblemen

Intelligentie, IQ Tests, Taal en Logopedie (2 dagen)

Logopedie, lees- en spellingsproblemen: diagnostiek

Logopedie, lees- en spellingsproblemen: behandeling

Logopedische diagnostiek van meertalige kinderen (CELF-4+5)

Luisteren in nieuwe Context (LinC)

Begeleiden van kinderen/ adolescenten (4-18 jaar) met zwakke executieve functies in het onderwijs

Hoe omgaan in de klas met kinderen met een meertalige achtergrond

Leren omgaan met en verbeteren van motivatie van jongeren (12-21 jaar) in therapeutische setting

Psychodiagnostiek en gespreksvoering bij migrantenkinderen

Rekenproblemen en dyscalculie: Zareki-r-NL



**SELMA VAN BERKEL,**  
ORTHOPEDAGOOG NVO EN DOCENT BETERBREIN

## Het effect van beeldschermen op de concentratie van jonge kinderen

In 2017 kwam uit een onderzoek van de Hogeschool Windesheim naar voren dat een kwart van de peuters en kleuters ruim drie uur achter een beeldscherm doorbrengt. Ondertussen zijn er, bijvoorbeeld door de WHO, richtlijnen geschreven over de hoeveelheid schermtijd voor kinderen. Ook waarschuwen consultatiebureau-, oog- en jeugdartsen voor bijziendheid bij kinderen door veel beeldschermgebruik. Minder bekend is echter het effect van veel beeldschermgebruik op de concentratie van kinderen.



In een studie van Lillard en Peterson uit 2011 keken vierjarige kinderen naar SpongeBob SquarePants. Veel kinderen vinden dit programma fantastisch.

Kenmerkend voor de tekenfilm zijn de snelle beelden die elkaar ongeveer elke 1,5 seconde opvolgen, bizarre liedjes, stemmen en geluiden en veel geschreeuw. De onderzoekers hadden voorafgaand aan het kijken bij alle kinderen een EEG afgenomen, een opname van de hersenactiviteit. Daarna mochten de kinderen 9 minuten SpongeBob kijken, waarna opnieuw een EEG werd afgenomen. Het resultaat: onder andere de gebieden die verantwoordelijk zijn voor de aansturing van de volgehouden aandacht, stonden uit. SpongeBob had ze volledig lamgelegd.

#### De twee aandachtnetwerken

Om dit te begrijpen, is het belangrijk om te weten dat we in onze hersenen twee verschillende aandachtnetwerken hebben, beschreven door Corbetta en Shulman (2002). De eerste is het zogenaamde 'volgehouden' aandachtnetwerk, welke vanuit onszelf gestuurd, volgehouden moet worden. Je hebt deze aandacht nodig als je op wilt letten als iets moeilijk of saai is. Denk maar aan een praatje over een onderwerp dat je niet zo interessant vindt. Of een taak op je werk waarvoor je niet je baan hebt uitgekozen, maar wat er helaas wel bij hoort. Of het lezen van een handleiding van een apparaat dat je net hebt gekocht. Je moet jezelf ertoe zetten en moeite doen om vol te houden. Het andere is het 'stimulus gestuurde' aandachtnetwerk. Dit netwerk wordt gestuurd van buitenaf, bijvoorbeeld door SpongeBob, of door

iets dat heel interessant en leuk is. Kenmerkend is in ieder geval dat je geen moeite hoeft te doen om je aandacht vast te houden. Het gaat vanzelf en het is juist moeilijk om je aandacht ervan af te krijgen.

#### Meer schermgebruik bij concentratieproblemen

Veel ouders herkennen het beeld van tv-kijkende kinderen: totaal gebiologeerd en in het scherm gezogen. Een veelgehoorde opmerking van ouders van kinderen met concentratieproblemen is dan ook dat hun kind zich heel goed kan concentreren als het spelletjes speelt op de tablet. Dit laat het verschil tussen deze twee aandachtnetwerken prachtig zien. Bovendien lijkt het erop dat veel schermtijd zorgt voor meer concentratieproblemen bij kinderen (Tamana et al., 2019). Van de andere kant weten we vanuit de praktijk ook dat veel kinderen met concentratieproblemen meer geneigd zijn om beeldschermen te gebruiken, omdat hun aandachtsysteem dan op peil gehouden wordt en dit een prettig, minder onrustig gevoel geeft. Zo ontstaat een vicieuze cirkel.

#### Sesamstraat versus SpongeBob

Het grootste deel van tv-programma's, sociale media en games zijn tegenwoordig per definitie gericht op dit stimulus gestuurde aandachtsysteem, omdat ze kijkers of gebruikers zo lang mogelijk vast willen houden. Hoe langer je kijkt, in de app zit of de game speelt, hoe beter de (reclame)inkomsten. De feed wordt zo gevuld dat de kans het grootst is dat je langer blijft. Games worden zo ingericht dat het nooit saai wordt. Door net als bij SpongeBob veel zogenaamde 'fast-paced' (snelle) beelden te gebruiken en vaak nieuwe opdrachten, uitdagingen of beloningen toe te voegen. Zo wordt ons stimulus gestuurde aandachtsysteem tegenwoordig veel meer geprikkeld. Vergelijk een amusementstv-programma van nu maar met één van 20 jaar geleden (Sesamstraat versus SpongeBob). Of bedenk hoe moeilijk het is om te stoppen met kijken op Instagram. Of om er een dag niet op te kijken.

#### Bijziendheid

Laten we nog even teruggaan naar de bijziende kinderen uit de inleiding. Wat er gebeurt is dat de ogen van kinderen,



die veel naar telefoons en tablets kijken (overigens geldt dit net zo goed voor veel lezen), veel op iets dichtbij focussen. Zoals met veel functies van ons lichaam en onze hersenen, passen de ogen zich hierop aan. Wat niet gebruikt wordt, wordt zwakker, wat veel gebruikt wordt, wordt sterker. Oftewel: *if you don't use it, you lose it*. Want hoewel in onderzoek werd gevonden dat veel (dichtbij) schermtijd zorgde voor bijziendheid, werd ook aangetoond dat de simpele 'behandeling' ervan was om kinderen meer buiten te laten spelen (Holden et al., 2015). De ogen leren daarmee weer te focussen op 'verder weg' en de bijziendheid verdwijnt.

#### Aanbevelingen

Voor de volgehouden aandacht werkt dit net zo: als je dingen doet die concentratie vergen, ontwikkel je dit vermogen. Belangrijk voor deze ontwikkeling bij kinderen zijn activiteiten zoals fantasiespel, buitenspelen, sporten, knutselen en spelletjes doen. Dit zijn activiteiten die minder worden gedaan als er veel tijd achter beeldschermen wordt doorgebracht. De WHO heeft vorig jaar een richtlijn uitgebracht met daarin aanbevelen

schermtijden per leeftijdscategorie tot vijf jaar. Bij kinderen tot een jaar wordt aangeraden hen niet naar beeldschermen te laten kijken. Kinderen van vier jaar zouden maximaal (maar liever minder dan) een uur schermtijd per dag moeten hebben. Vanuit het oogpunt van de ontwikkeling van de volgehouden aandacht bij kinderen zijn deze richtlijnen dus zeker aan te raden. Want hoewel er natuurlijk ook positieve kanten kunnen zitten aan het gebruik van bijvoorbeeld apps, is een gezonde ontwikkeling van de volgehouden aandacht het meest gebaat bij offline communicatie en spel. ●

“ Bij kinderen tot een jaar wordt aangeraden hen niet naar beeldschermen te laten kijken ”

#### Bronnen:

Corbetta, M. & Shulman, G.L. (2002). *Control of Goal-directed and Stimulus-Driven Attention in the Brain*. *Nature Reviews Neuroscience* 3, 201–15.  
Holden, B. A., Wilson, D. A., Jong, M., Sankaridurg, P., Fricke, T. R., Smith, E. L., III, & Resnikoff, S. (2015). Myopia: a growing global problem with sight-threatening complications. *Community eye health*, 28(90), 35.  
Lillard, A.S., & Peterson, J. (2011). *The immediate impact of different types of television on young children's executive function*. *Pediatrics*, 128, 644–649.  
Tamana, S.K., Ezeugwu, V., Chikuma, J., Lefebvre, D.L., Azad, M.B., Moraes, T.J., et al. (2019) Screen-time is associated with inattention problems in preschoolers: Results from the CHILD birth cohort study. *PLOS ONE* 2019 14(4).  
<https://www.windesheim.nl/over-windesheim/nieuws/2017/november/kwart-peuters-en-kleuters-ruim-drie-uur-per-dag-achter-beeldscherm>



# In één ruk uit

5 BOEKEN DIE JE NIET ZOMAAR WEGLEGT

De zomervakantie is het uitgelezen moment om onder het genot van prachtig weer helemaal weg te dromen bij een goed verhaal. Over het mooie weer kunnen we niets beloven, maar wel vroegen we Pearson collega's naar het beste boek dat zij de afgelopen tijd gelezen hebben. En daarvan maakten we onderstaande top 5. Heel veel leesplezier!

## GRAND HOTEL EUROPA

Ilja Leonard Pfeijffer

Wat past beter bij de zomer dan een meesterlijk verhaal waarin thema's als reizen, toerisme en de liefde de boventoon voeren? De schrijver neemt zijn intrek in het illustere, maar afgeleefde Grand Hotel Europa. Hier gaat hij in gedachten terug naar het verleden, naar hoe hij de liefde vond in Genua en met haar verhuisde naar Venetië. Hij denkt terug aan hun reizen en aan wat zij samen meemaakten, terwijl hij meer en meer in de ban raakt van het hotel waarin hij verblijft en van de memorabele gasten die er komen.



## BOODSCHAPPEN ZONDER LEESBRIL

Sylvia Witteman

Soms wil je weleens iets lezen waarvan je hardop moet lachen. Dan ben je bij Sylvia Witteman (vrijwel altijd) aan het goede adres. Een humoristische omschrijving van de scherpe observatie van alledaagse situaties. Een verzameling van losse columns over onder meer hoe anderen heel bewust misbruik maken van de zelfscankassa, tot de conclusie komen dat jarig zijn leuk is als je jong bent, en waarom het verstandig is om bepaalde mensen altijd gelijk te geven.



## IK OOK VAN JOU

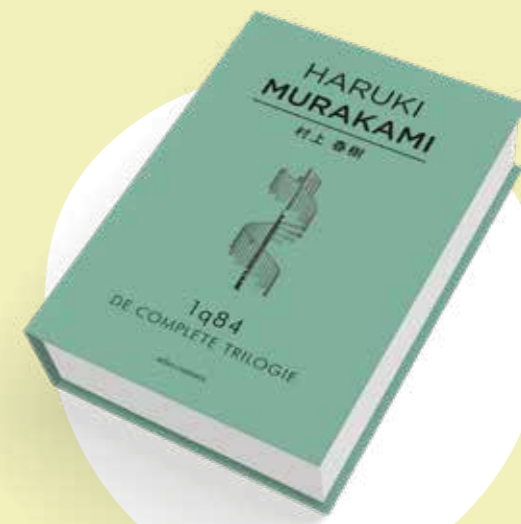
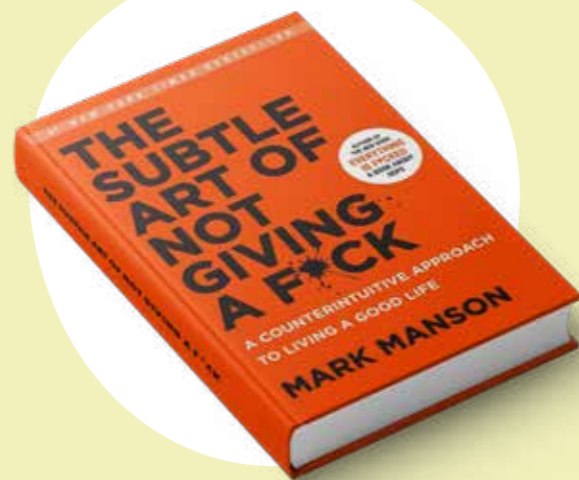
Ronald Giphart

Een klassieker die zijn waarde nooit verliest. *Ik ook van jou* is het meesterlijke verhaal van Ronald Giphart en een ultiem zomerboek. Over twee levenslustige jonge schrijvers, hun reis naar de Dordogne, liefde, (on)trouw, vrijheid, dromen en geluk.

## THE SUBTLE ART OF NOT GIVING A F\*CK

Mark Manson

Wat is een beter moment om de dingen helemaal los te laten dan de zomervakantie? Grijp deze tijd aan om van blogger Mark Manson te leren hoe je ook de rest van het jaar een stuk relaxter in het leven kunt staan. *The subtle art of not giving a f\*ck* is de zelfhulp gids die naadloos aansluit op de huidige maatschappij en tijdgeest, en ons doet inzien dat de sleutel tot het zijn van een sterker, onbezorgder en gelukkiger mens is om te leren gaan met tegenslagen.



## 1Q84 DE COMPLETE TRILOGIE

Haruki Marakami

Laat je deze vakantie meeslepen in de 1Q84 trilogie van buitengewoon getalenteerd schrijver Haruki Marakami. De titel is minstens zo geheimzinnig als het verhaal zelf. In hoog tempo voert de schrijver je mee door parallelle werelden, langs hotelkamers in Tokyo en gewelddadige sekten. Aomame en Tengo lijken primair niets met elkaar te maken te hebben. Maar gaandeweg blijkt dat hun paden in het verleden gekruist zijn, en dat dit in het heden opnieuw gaat gebeuren. Maar hoe? ●





# Hersenen hongerig naar *sociaal contact*

DR. GEERT-JAN WILL, POSTDOCTORAAL ONDERZOEKER OP DE  
AFDELINGKLINISCHE PSYCHOLOGIE VAN DE UNIVERSITEIT LEIDEN

Ik schrijf dit artikel tijdens de zesde week van zelf-isolatie als gevolg van de COVID-19-pandemie. Hoe onze sociale wereld eruitziet op het moment dat u dit leest, kan ik niet voorspellen. Echter, ik kan wel met enige zekerheid zeggen dat u nog precies weet hoe u zich voelde tijdens de eerste weken van de pandemie. Het wegvallen van sociale contacten met collega's, vrienden en familieleden had waarschijnlijk direct een negatieve invloed op uw stemming. En naarmate de isolatie langer duurde kreeg u waarschijnlijk steeds meer behoefte aan sociaal contact. Waarom heeft het gebrek aan sociaal contact zo'n grote invloed op ons gemoed? In dit artikel probeer ik deze vraag te beantwoorden op basis van recente inzichten uit de neurowetenschappen.

# D

De behoefte om betekenisvolle relaties aan te gaan met anderen is een basisbehoefte van de mens. Deze behoefte om toe te behoren (de 'need to belong') is zo fundamenteel dat ernstige psychische problemen kunnen ontstaan wanneer deze behoefte onbevredigd blijft. Net zoals een chronisch gebrek aan voedsel leidt tot weefschade in onze organen, kan chronische sociale uitsluiting leiden tot psychische schade zoals een depressie of een angststoornis. En net zoals hongergevoelens ons motiveren op zoek te gaan naar voedsel, motiveren negatieve gevoelens na sociale isolatie ons op zoek te gaan naar sociaal

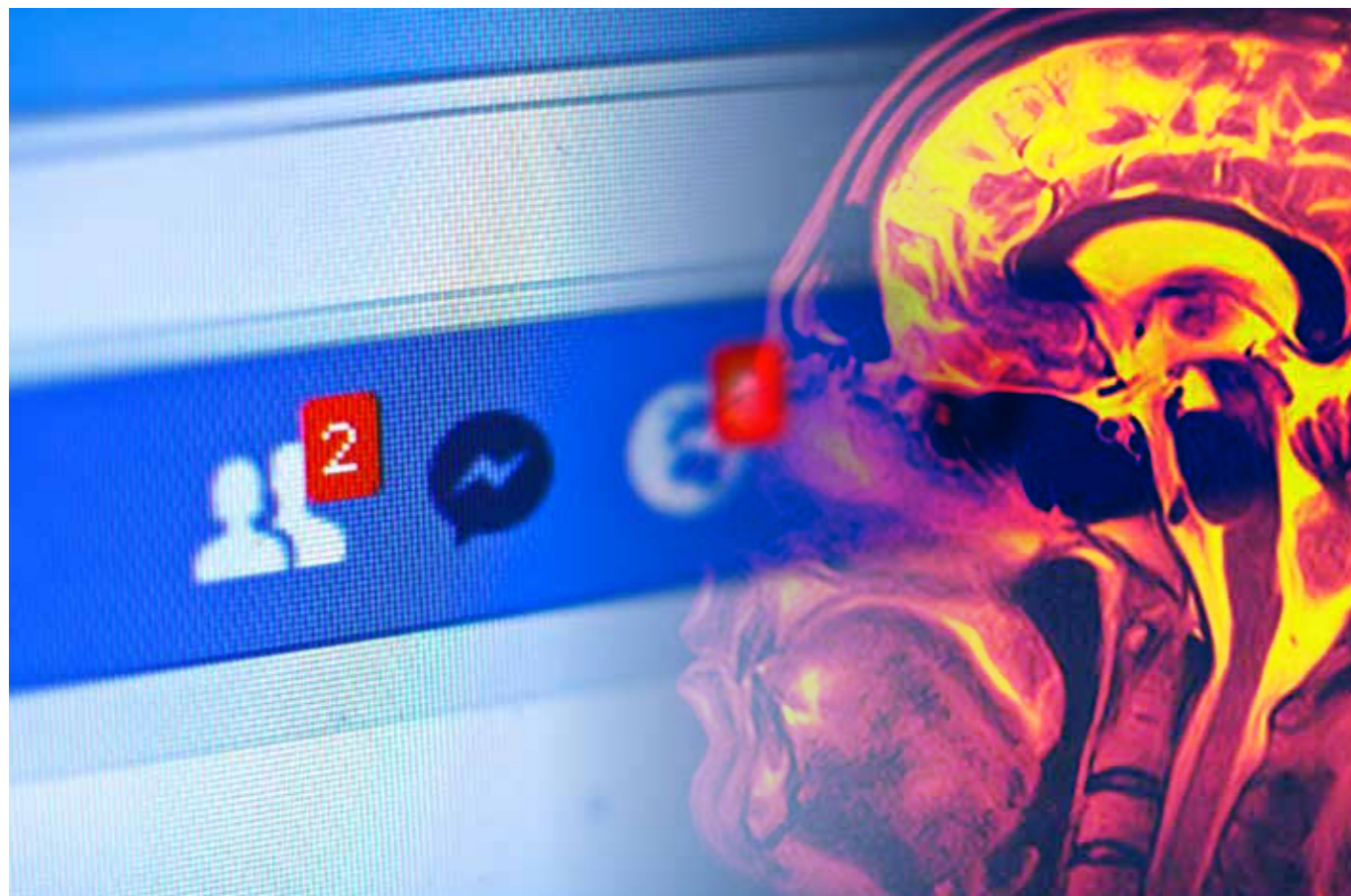
contact. Lange tijd werd gedacht dat deze vergelijking slechts figuurlijk was, maar recent hersenonderzoek wijst erop dat 'sociale honger' meer is dan een metafoor.

Dieronderzoek laat zien dat de motivatie om op zoek te gaan naar voedsel deels wordt aangestuurd door hersencellen die communiceren via de neurotransmitter dopamine. Het verlagen van dopamine-niveaus in knaagdieren vermindert hun motivatie om te eten en kan zelfs leiden tot verhoging. De rol van dopamine in 'sociale honger' werd ontdekt toen onderzoekers dopamine-neuronen in de hersenstam van muizen uitzetten door middel van een nieuwe techniek genaamd 'optogenetics'. Normaliter spelen muizen extra veel met soortgenootjes na een periode van sociale isolatie. Maar nadat onderzoekers dopamine-neuronen in de hersenstam van muizen hadden uitgezet, zochten de dieren hun soortgenootjes niet meer op na een periode van gedwongen isolatie. Het aanzetten van de dopamine-neuronen zorgde ervoor →

dat de muizen weer even sociaal werden als vanouds. Isolatie lijkt bij muizen dus een 'sociaal hongersignaal' in dopamine-neuronen op te wekken dat vergelijkbaar is met het signaal dat hen motiveert om te eten na een periode van vasten.

Alhoewel optogenetics niet gebruikt kan worden om hersencellen aan en uit te zetten bij mensen, lijkt het erop dat dopamine-neuronen ook mensen motiveren om hun sociale honger te stillen na isolatie. Om aan te tonen dat de dopamine-neuronen belangrijk zijn voor het stillen van fysieke honger, vroegen onderzoekers van het Massachusetts Institute of Technology mensen eerst tien uur te vasten voor zij naar het lab kwamen voor een MRI scan van hun hersenen. Toen mensen vervolgens plaatjes zagen van hun lievelingseten werden hun kernen in de hersenstam die voornamelijk dopamine-neuronen bevatten hyperactief. Hoe

actiever de dopamine-kernen, hoe meer trek de deelnemers rapporteerden. Dezelfde hersengebieden werden actief bij het zien van hun favoriete sociale activiteiten (bijvoorbeeld een afspraak met vrienden) na tien uur van isolatie zonder toegang tot telefoon, email, of sociale media. De dopamine-neuronen die muizen motiveren te spelen met hun soortgenoten na isolatie, lijken bij mensen eenzelfde rol te spelen bij de behoefte aan sociaal contact. Dopamine speelt zo'n belangrijke rol in motivatie, door haar bijdrage aan het vermogen om te leren van prikkels die overlevingskansen vergroten in zowel mens als dier. Dopamine-neuronen in de hersenstam van apen verhogen hun vuursnelheid na het krijgen van een onverwachte beloning zoals een druppel calorierijk sap. Op het moment dat de aap een prikkel (bijvoorbeeld het branden van een lampje) koppelt aan een actie die leidt tot een druppel sap, zullen de dopamine-neuronen al gaan



## “ Richt je aandacht op positieve aspecten van jezelf ”



vuren bij het zien van het lampje (net zoals bij Pavlov en zijn hond). Dopamine helpt dus bij het vormen van positieve verwachtingen. Op het moment dat een lampje gaat branden en een aap vervolgens geen druppel sap, krijgt na het drukken op een knop zullen de dopamine-neuronen hun vuursnelheid vertragen. Als de beloning keer op keer uitblijft, zal het dier zijn verwachtingen net zo lang negatief bijstellen tot het geen sap meer verwacht. Met behulp van MRI-scanners kunnen onderzoekers tegenwoordig deze 'leersignalen' ook meten in het menselijk brein. Deze signalen (met name in het striatum – een gebied dat sterk verbonden is met dopamine-neuronen in de hersenstam) helpen ons bij het opbouwen van verwachtingen op basis van beloningen (bijvoorbeeld bij welk restaurant kan ik de lekkerste desserts verwachten?). Zou het kunnen dat tekens van sociale acceptatie (bijv. een berichtje dat iemand vrienden met je wil worden) voor onze hersenen vergelijkbare beloningen zijn?

Om dat te onderzoeken vroeg ik meer dan honderd jongvolwassenen om een online profiel te maken met persoonlijke informatie over zichzelf. Enige tijd later kregen de deelnemers – terwijl ze

in een MRI-scanner lagen – te zien of andere mensen vrienden met hen wilden worden op basis van hun profiel. Het bleek dat mensen hun verwachtingen over wie vrienden met hen wilden worden bijstelden op basis van leersignalen in het striatum die vergelijkbaar waren met de 'voedsel leersignalen'. Schendingen van deze verwachtingen leidden tot een boost (bij onverwachte acceptatie) of een dip (bij onverwachte afwijzing) in de gevoelens van eigenwaarde van de deelnemers. Een tijdelijke dip in ons gevoel van eigenwaarde na afwijzing helpt ons dus om onze verwachtingen bij te stellen en snel te leren hoe andere mensen over ons denken. Deze studies laten zien dat de behoefte aan sociaal contact net zo diepgeworteld lijkt als onze behoefte aan voedsel. Honger is geen prettig gevoel, maar heeft een belangrijke functie omdat het ons motiveert om voedsel te zoeken. Afwijzing doet pijn, maar het kan ons ook iets leren. Omdat de negatieve gevoelens ten gevolge van afwijzing zo'n belangrijke functie hebben, hoeven we ze niet te onderdrukken. Echter, net zoals een voedzame maaltijd bij fysieke honger wellicht gezonder is dan een zak chips, zo zijn er ook manieren om met afwijzing om te gaan die gezonder zijn dan

anderen. Daarom sluit ik dit artikel af met drie tips om op een gezonde manier om te gaan met afwijzing:

1. Richt je aandacht op positieve aspecten van jezelf. Hoe je over jezelf denkt heeft invloed op hoe je je over jezelf voelt. Breng je goede eigenschappen in kaart (bijv. 'Ben ik betrouwbaar?' 'Ben ik een goede vriend(in)?') en richt je aandacht op deze eigenschappen op het moment dat een afwijzing je het gevoel geeft dat je minder waard bent.
2. Zoek steun bij vrienden of familie. Je kunt de klap van afwijzing bij een sollicitatie of wanneer je partner het uitmaakt opvangen door steun te zoeken bij andere mensen aan wie je gehecht bent zoals familie of vrienden. Sociale steun dempt hersenactiviteit die gerelateerd is aan de pijn van afwijzing.
3. Omarm afwijzing. Duw de pijn van afwijzing niet weg, maar verwelkom de gevoelens met compassie. Je kunt daarbij inspiratie halen uit een TED talk van ondernemer Jia Jiang waarin hij vertelt over zijn ervaringen met 100 dagen van vrijwillige afwijzing: [https://www.ted.com/talks/jia\\_jiang\\_what\\_i\\_learned\\_from\\_100\\_days\\_of\\_rejection](https://www.ted.com/talks/jia_jiang_what_i_learned_from_100_days_of_rejection) ●

Pearson  
Feitjes

## Wist je dat...

... er bij alle kinderen van onze medewerkers weleens een test bij ons op kantoor is afgenomen? Bijvoorbeeld om een testafname te demonstreren tijdens een Pearson Academy training of om een afname voor het normeringsonderzoek te doen.

... Pearson Benelux BV bestaat uit Pearson Education (studiemateriaal), Pearson Clinical (klinische tests) en Pearson Talentlens (HR assessments)?

... de klantenservice van Pearson Benelux per jaar gemiddeld 21.000 vragen beantwoordt?

... onze Research & Development afdeling bij elkaar al zeventig jaar ervaring heeft met het ontwikkelen van tests? Dat is best veel voor een team dat bestaat uit zeven mensen!

... er op dit moment wereldwijd bijna 40.000 mensen actief zijn op Q-interactive en er in heel 2019 bijna 7.000.000?! subtests zijn afgenomen via het platform.

... wij deze zomer gaan verhuizen naar een nieuw kantoor? We verhuizen een paar gebouwen verder, naar het Coengebouw.

## Hersenkraaker

De oplossing staat op pagina 68

GE+ R=N



M = V



2-1=

KLA=O



T=Z



B=G



&

-L



S+



DR=Z  
N=R



Onze zomerplannen zien er dit jaar waarschijnlijk anders uit dan anders. Maar dromen mag altijd, toch? Drie medewerkers van Pearson vertellen hoe hun ideale zomervakantie eruitziet.

## Vakanties om van te dromen De ideale zomervakantie van...



### Monika Wojciechowska Business Unit Manager Pearson Clinical Benelux

"Het allerbelangrijkste dat meegaat op vakantie is mijn gezin. Weekenden weg doen we regelmatig met z'n tweetjes, maar gaan we langer weg? Dan mogen de kinderen niet ontbreken. Nu zij zich langer dan drie minuten alleen kunnen vermaken, kom ik weer aan lezen toe. Dus een aantal goede boeken vind je ook in mijn koffer. Qua gewicht is een e-reader voordeliger, maar in mijn optiek gaat er niets boven een papieren boek. Het gewicht van de boeken compenseer ik op andere vlakken. Speelgoed voor op het strand en aan het zwembad kopen we bijvoorbeeld op

de plek van bestemming en laten we bij vertrek achter voor de nieuwe gasten.

Naast mijn gezin en (papieren) boeken, zijn goede gesprekken, heel veel lol met elkaar en lekker eten en drinken voor mij ook belangrijk om de vakantie tot een succes te maken. En het loslaten van de vaste patronen en het leven nemen zoals het komt. Iets wat in veel mediterrane landen de normaalste zaak van de wereld is, maar voor mij echt als vakantie voelt. Dat staat eigenlijk een beetje in contrast met het voorbereiden van de vakantie."



### Sander Block Finance Director Clinical Assessments Benelux and Nordics

"Als ik op vakantie ga, dan is dat nooit zonder zonnebrand, zonnebril en zwembroek. Maar nog belangrijker zijn mijn vrouw en kinderen (9 en 4). Als deze twee laatste het naar de zin hebben, is wat ons betreft de vakantie geslaagd. Hiervoor zijn de aanwezigheid van zwembaden, glijbanen, kinderdisco's en andere kinderen om mee te spelen essentieel. Voor ons eigenlijk ook, want dan komen wij toe aan een paar goede boeken, gesprekken en lekker eten en drinken.

Ik denk dat onze vakanties de komende jaren meeveranderen met de leeftijd van de kinderen. Wanneer ze ouder worden, kan het avontuur weer terugkomen. Een accommodatie die van alle gemakken is voorzien, is handig met kinderen. Als ik het alleen voor het zeggen heb, kies ik voor een combinatie van luxe en back to basic. Dan begin ik graag met het laatste, en eindig ik met luxe. Ondanks dat ik niet van (lang) vliegen hou, zou ik nog wel een keer terug willen naar Cuba. Daarnaast heb ik ook nog wel een lange vliegreis over voor een bezoek aan Costa Rica. Komende zomers breng ik nog door als architect van zandkastelen, op een Europees strand. Dat is ook genieten!"



### Kathelijne Tijds Sales Consultant Clinical

"Wanneer wij op vakantie gaan, proberen we zo min mogelijk mee te nemen onder het mom van 'travel light'. We proberen het tijdens vliegtrips te redden met twee koffers voor ons vieren. Als enige vrouw in het gezin krijg ik wel het grootste gedeelte van deze koffers. Maar tijdens vakanties zijn er voor mij belangrijkere dingen dan spullen, dan draait het voornamelijk om zon en goed gezelschap! Daaronder valt mijn eigen gezin, maar ik ga ook graag weg met goede vriendinnen of skiën met mijn hockeyteam.

Voor het uitkiezen van een bestemming trek ik veel tijd uit. Deze zoektocht is niet echt mijn hobby, maar als we eenmaal gekozen hebben begint direct de voorpret. Ik wil zo veel mogelijk van de wereld zien en beschouw elke reis als een verhaal. Op het moment dat je iets nieuws boekt, weet je dat je weer van alles gaat ontdekken en meemaken met mensen die je liefhebt. Daar kan ik enorm naar uitkijken. Aan de andere kant kun je na afloop van elke vakantie terugkijken op nieuwe, mooie ervaringen." ●

DE 5 MOOISTE PLEKKEN

# Natuurlijk in Nederland

Voor veel mensen is de zomervakantie het moment om af te reizen naar verre oorden. Wie wordt er niet blij van uitgestrekte, woeste heuvellandschappen, felblauw water zover het oog rijkt en eindeloze witte zandstranden? Maar ook ons kikkerlandje is gezegend met de schoonheid der natuur. Hieronder een selectie van een van de vijf mooiste gebieden die ons vaderland rijk is, en volgens ons meer dan de moeite waard om te bezoeken\*.

## DE HOGE VELUWE (GELDERLAND)

Over smaak valt niet te twisten, maar als er een gebied is uit deze top 5 dat op nummer 1 hoort te staan, is dat wel Nationaal Park De Hoge Veluwe. Cultuur *meets* natuur op deze plek. Architectuur, cultuurgeschiedenis en kunst zijn belangrijke onderdelen van dit gebied. Combineer het spotten van de Vaderlandse Big Six (ree, edelhert, wild zwijn, moeflon, das en vos) met een bezoekje aan het beroemde Kröller-Müller museum.



## DE UTRECHTSE HEUVELRUG (UTRECHT)

Na de Veluwe het grootste natuurgebied dat Nederland rijk is. Geen 'Bix Six' maar als je geluk hebt kan je hier wel de zeldzame boomarter spotten. Een wandeling over de Utrechtse Heuvelrug is door het diverse landschap alles behalve eentonig. Stuwwallen, heidevelden, stuifzanden en uiterwaarden. Je komt ze allemaal tegen, midden in ons eigen land.



## MIDDAG-HUMSTERLAND (GRONINGEN)

Middag-Humsterland in Groningen is een nationaal landschap van wel 5.000 hectare en toont naast natuur ook diverse historische gebouwen. Denk aan Romaanse kerken daterend uit de dertiende eeuw, het oude stadscentrum van de plaats Garnwerd, en een heuze borg die momenteel gebruikt wordt als boerderij. Waan je tijdens een wandeling door dit gebied even terug in de middeleeuwen. Absolute aanrader voor natuurliefhebbers met interesse in geschiedenis!

## DE MAASDUINEN (LIMBURG)

Een magische combinatie tussen water, wind en de mens heeft door de eeuwen heen deze langste rivierduingordens van Nederland doen ontstaan: de Maasduinen. In deze mooie omgeving tref je zeldzame dieren als de kraanvogel, de nachtzwaluw en de bever. Vooral deze laatste is zeldzaam in ons land, maar komt in dit gebied steeds vaker voor.



## DRENTSE AA (DRENTHE)

Dit gebied wordt al duizenden jaren bewoond door boeren, is het verbluffende resultaat van samenwerking tussen mens en natuur, en is vernoemd naar de beek die er doorheen stroomt: de Aa. Via een van de talloze wandelroutes geniet je hier van de rust en het typisch Drentse landschap, aanschouw je de grootste concentratie aan pre-historische monumenten van heel Nederland, en begeef je je midden in het best geconserveerde esdorplandschap van West-Europa!



\* Dagje weg naar een van deze gebieden? Check ook in dit geval wel even van te voren of er drukte wordt verwacht en houd je aan de geldende richtlijnen en adviezen van het RIVM.



# Joost mag het (w)eten

Lekker eten, heerlijke ijsjes en gezellige borrels. Maar ook tijdens de zomer kunnen wat vitamines in je voeding geen kwaad. Smoothies zijn het ultieme voorbeeld van de perfecte combinatie tussen gezond en lekker. Ze zijn verfrissend, makkelijk te maken, handzaam en passen met hun mooie kleuren heel goed bij de zomer. Hieronder drie lekkere én gezonde smoothierecepten.

## ZOMERSE SMOOTHIES

### **Pink smoothie (4 smoothies)**

250 gr aardbeien  
250 gr frambozen  
150 gr blauwe bessen  
250 ml volle yoghurt  
350 ml volle melk  
1 el vloeibare honing  
2 tl lijnzaad

### **Mango-peach passion (3 smoothies)**

1 passievrucht  
450 ml yoghurt  
100 gr perzik (bijvoorbeeld partjes uit de diepvries)  
250 gram mango (bijvoorbeeld blokjes uit de diepvries)  
1-2 tl honing

### **Keep it green (4 smoothies)**

2 avocado's  
300 gr verse spinazie  
4 bananen  
400 ml yoghurt

NOORTJE HOOGERVORST, ORTHOPEDAGOOG

# Intelligentiemeting bij nieuwkomers

Iedereen die weleens een intelligentieonderzoek verricht, is bekend met de brede keuze aan beschikbare tests, waarbij de onderzoeker zich steeds de vraag stelt: wat is precies mijn onderzoeksvraag en met welke test kan ik die onderzoeksvraag het best beantwoorden? Noortje Hoogervorst vertelt in dit artikel over de Raven's 2 en de inzetbaarheid bij nieuwkomers.

**W**at is precies mijn onderzoeksvraag en met welke test kan ik die onderzoeksvraag het best beantwoorden? Om een dergelijke afweging goed te kunnen maken, is het onder andere van belang dat de onderzoeker op de hoogte is van de meetpretenties van de verschillende tests, kennis heeft over de opbouw van de normgroepen, de bruikbaarheid bij specifieke doelgroepen en eventuele beperkingen van de test.

## Interpreteren van scores

Bij het testen van nieuwkomers zijn bovenstaande vragen eveneens van toepassing, alhoewel het aantal beschikbare tests voor deze groep beperkt(er) is. Alle tests waarbij kennis van de Nederlandse taal vereist is om de test goed te kunnen maken, vallen immers af. Van de tests die overblijven, is er niet één specifiek ontwikkeld voor het testen van nieuwkomers. Dat maakt dat de onderzoeker een zorgvuldige afweging moet maken bij de keuze van een test. Het interpreteren van de score op een intelligentietest bij nieuwkomers, dient (ongeacht welke

test gebruikt is) met grote voorzichtigheid gedaan te worden. Mijn ervaring met zowel de SON 6-40 als de WNV en de Raven's 2 is dat de uitslag voor nieuwkomers vaak lager uitvalt dan bij leerlingen die geen nieuwkomer zijn. Soortgelijke bevindingen worden ook in onderzoek gevonden (zie ook de technische handleiding van de SON 6-40 en de WNV). De onderzoeker dient zich hier zeer van bewust te zijn en dit ook goed mee te wegen in eventuele adviezen of uitspraken over mogelijkheden van een leerling. Daarom dient de uitslag van een intelligentiemeting bij nieuwkomers altijd naast de overige (leer)vorderingen gelegd te worden: hoe verloopt de taalontwikkeling bijvoorbeeld en welke indruk hebben docenten en ouders van de leerling?

## Nieuwkomers testen op ISK

Binnen mijn eigen werksetting van het voortgezet onderwijs, test ik jaarlijks enkele tientallen nieuwkomers op de ISK (internationale schakelklas). Hier leren nieuwkomers de Nederlandse taal en krijgen zij les in vakken als wiskunde, Engels en rekenen. Na een



periode van ongeveer anderhalf jaar zijn zij klaar om door te stromen naar het reguliere voortgezet onderwijs op het voor hen best passende niveau (praktijkonderwijs tot en met vwo). De nieuwkomers op de ISK komen uit verschillende landen en hebben uiteenlopende (onderwijs)achtergronden. Sommige leerlingen hebben nauwelijks onderwijs gehad, sommige leerlingen hebben een onderbroken schoolloopbaan en andere leerlingen hebben juist altijd onderwijs van hoog niveau genoten. Aan het begin van hun onderwijsperiode op de ISK is het wenselijk om een globaal inzicht in de cognitieve capaciteiten van een leerling te hebben, zodat hier in het onderwijs zo goed mogelijk bij aangesloten kan worden en om de kans op over- of

ondervragen te verkleinen. Op de ISK is de onderzoeksvraag daarom vrijwel altijd gericht op het krijgen van een globaal inzicht in de algemene intelligentie. Ik heb hiervoor in de afgelopen jaren met name gebruikgemaakt van de SON 6-40 en de WNV. Eind 2019 ben ik door Pearson in de gelegenheid gesteld om de Raven's 2 bij deze leerlingen af te nemen, om zo te kijken in hoeverre deze test bruikbaar is binnen de setting van de ISK. Ik heb voor deze reviewperiode gekozen voor de (verkorte) digitale versie van de Raven's 2.

## Keuze per individu

Bij het maken van een keuze voor een test, is een belangrijke overweging om te kiezen voor een test die zo min mogelijk belastend is voor de leerlin-

gen. Voor sommige leerlingen kan het directe contact tussen de onderzoeker en de leerling een extra bron van stress opleveren: de neutrale opstelling van de onderzoeker kan bijvoorbeeld voor onzekerheid zorgen. Ook is het voor sommige leerlingen erg confronterend om te falen in aanwezigheid van een volwassene. Dit verschilt per leerling en de keuze voor een test dient dan ook in elk individueel geval opnieuw gewogen te worden.

## Minimaal belastende test

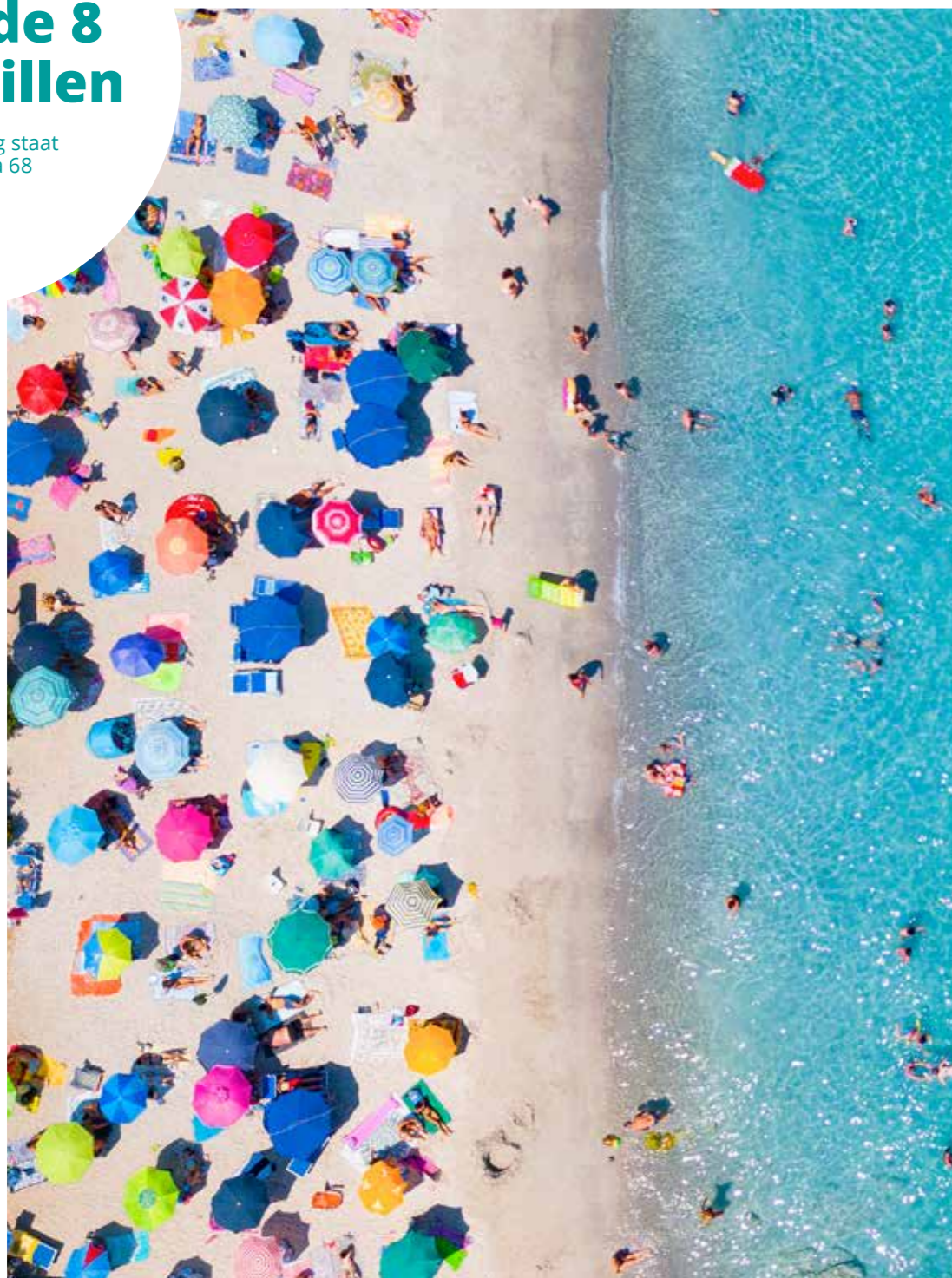
Kijkend naar bovenstaande overwegingen kan een voordeel in het gebruik van de (verkorte) digitale versie van de Raven's 2 zijn, dat zowel de afname-duur als de intensiteit van contact tussen onderzoeker en leerling beperkt zijn: na het bekijken van de instructies op de computer kan de leerling vrij snel zelfstandig aan de slag. De leerlingen die ik tot nu toe heb getest met de Raven's 2 konden prima met de software overweg en leken het werken op de computer prettig te vinden. De instructie bleek voor sommigen zelfs wat te lang te duren: zij wilden het liefst direct zelf aan het werk. Naast de positieve reacties van de leerlingen op de test, is het gebruikersgemak voor de onderzoeker ook een voordeel. De digitale testomgeving en de handleiding zijn helder. Omdat de antwoorden na de test automatisch digitaal worden gescoord, wordt de kans op scoringsfouten uitgesloten. Bovendien bespaart dit de onderzoeker tijd.

## Raven's 2

Samengevat: wanneer er sprake is van een (screenende) onderzoeksvraag, gericht op het krijgen van een globaal inzicht in de algemene intelligentie bij een nieuwkomer, is de Raven's 2 een goed inzetbare test met een groot gebruikersgemak, die zowel in afname-duur als in intensiteit van contact tussen onderzoeker en leerling zo min mogelijk belastend is. ●

## Zoek de 8 verschillen

De oplossing staat op pagina 68





# Testontwikkeling van A tot Z

Na lang wachten is het bijna zover: de WPPSI-IV-NL staat op het punt om uitgegeven te worden. Er zijn nieuwe normen beschikbaar, de teststructuur is verbeterd en hij is ook digitaal af te nemen. In de VS, waar de voor ons zo nieuwe test al een tijd wordt gebruikt, zijn ze echter al gevorderd met de ontwikkeling van de vijfde versie van de WPPSI. De conclusie dat Nederland achterloopt op het gebied van testontwikkeling in vergelijking met de VS is dan snel getrokken. Maar is dit ook echt zo? En hoe komt het dat het zo lang duurt voordat een nieuwe test in het Nederlands beschikbaar is? In dit artikel nemen we je mee in de wereld van testontwikkeling, en leggen we van begin tot eind uit hoe onze tests tot stand komen in samenwerking met experts uit het veld. Om het geheel concreet te maken gebruiken we de WPPSI-IV-NL als voorbeeld.



## 1. Voorfase

### Uitgebreid (markt)onderzoek

De meeste tests en vragenlijsten die Pearson publiceert, vinden hun oorsprong in de VS. Zo zijn alle bekende Wechsler testen (WAIS, WISC, WMS) in de VS ontwikkeld, de WPPSI-IV is hierin geen uitzondering. Op het moment dat de WPPSI-IV in de VS wordt gepubliceerd, zet het Research & Developmentteam van Pearson een uitgebreid marktonderzoek uit. Dit gebeurt in nauwe samenwerking met een internationaal 'Scientific Counsel', waarin experts uitgebreid onderzoeken of de WPPSI-IV een toevoeging is aan de klinische praktijk en of de test voldoet aan de strenge kwaliteitseisen die er in Nederland worden gehanteerd. Daarnaast beoordeelt een 'Product Counsel' of er sprake is van een levensvatbaar product in termen van kosten en baten. Nadat het product, in dit geval de WPPSI-IV, door beide commissies positief is beoordeeld, wordt er een projectplan opgesteld, met als doel om de test uit te brengen.

### Klaarstomen voor pilot

Na een vertaling van de Engelse teksten naar het Nederlands, vindt een eerste bewerking van de WPPSI-IV plaats. Gedurende de bewerking wordt beoordeeld of de items passend zijn bij de Nederlandse doelgroep en cultuur. Soms is het nodig om een item te vervangen – algemene kennis over de eerste president van de VS is voor Nederlandse kinderen uiteraard minder vanzelfsprekend dan voor Amerikaanse kinderen. Een zeer belangrijk onderdeel van de bewerking is de controle op culturele bias. De test dient namelijk gemaakt te kunnen worden door personen met verschillende etnische/culturele achtergronden, zonder dat iemand door zijn of haar cultuur een voor- of nadeel heeft. Het resultaat van de eerste bewerking levert een pilotversie van de WPPSI-IV op, waarna er kan worden overgegaan tot de volgende fase.

## 2. Pilotfase

Tijdens de pilotfase wordt een test voor het eerst uitgeprobeerd in een kleine testgroep. De resultaten die hieruit voortvloeien, worden tijdens de pilot vooral kwalitatief geanalyseerd. Het doel is om te onderzoeken of verschillende groepen de instructies goed begrijpen. Zo wordt de test onder andere uitgeprobeerd op groepen waarvan je verwacht dat ze moeite hebben met het begrijpen van de instructies, om ervoor te zorgen dat deze door elk kind kan worden gemaakt. Hoewel de pilot normaliter een aparte fase is, is deze bij de WPPSI-IV samengepakt met de try-out.

## 3. Try-outfase

De kwantitatieve analyse vindt plaats in de try-outfase. Hiervoor wordt een testgroep van ongeveer honderd kinderen samengesteld, die zoveel mogelijk is gestratificeerd op sekse, opleidingsniveau, urbanisatiegraad enzovoorts. De resultaten worden gebruikt om onder andere de moeilijkheidsgraad en volgorde van de testitems te bepalen. Wederom wordt de test grondig gecontroleerd op eventuele (culturele) bias. Wanneer een bepaald item inderdaad (culturele) bias bevat, wordt deze vervangen door een ander item. Pearson heeft hiervoor beschikking over een pool met testitems, wat het vervangen van een item vergemakkelijkt. Om deze pool zo groot mogelijk te houden, worden er in de try-outversie van de WPPSI méér testitems afgenomen en zijn de afbreekregels soepel. Het gevolg is dat de try-outversie langer is dan de uiteindelijke, waardoor een afname van de WPPSI-IV in deze fase meer tijd in beslag neemt. →

“  
**Een zeer belangrijk onderdeel van de bewerking is de controle op culturele bias**  
”

## 4. Standaardisatiefase

Deze fase staat in het teken van normering en psychometrisch onderzoek. Er wordt nu echt toegewerkt naar een eindproduct van de WPPSI-IV-NL! Met zo'n honderd orthopedagogen en kinder- en jeugdpsychologen worden er zo'n duizend kinderen getest, welke de verschillende (gestratificeerde) normgroepen gaan vormen. De testleiders geven vanuit een gebruikersperspectief feedback op de WPPSI-IV: waar is de handleiding nog onduidelijk? En waar kunnen de antwoordmogelijkheden nog worden verbreed of aangescherpt? Na dataverzameling wordt de WPPSI uitgebreid onderzocht op psychometrische eigenschappen als validiteit en betrouwbaarheid. Tevens worden er speciale klinische studies uitgevoerd op bijvoorbeeld laag- en hoogbegaafdheid, zodat ook de uiteinden voldoende zijn afgedekt.

## 5. Realisatiefase

Tijdens de realisatiefase worden de resultaten vanuit de standaardisatiefase in samenwerking met een psychometrist geanalyseerd, geïnterpreteerd en verwerkt in de technische handleiding. Als extra check worden de resultaten nog vergeleken met andere landen, waarin de WPPSI-IV ook is of nog wordt uitgebracht. Tevens worden alle teksten nogmaals doorlopen en indien nodig door taalkundige experts gecorrigeerd. Zodra de inhoud van WPPSI-IV-NL op orde is, wordt er een besluit genomen over de vormgeving en kan de test (eindelijk!) worden gepubliceerd.

## 6. Eindfase

Vloeien er nog enkele werkzaamheden voort uit de publicatie van een test? Dan worden deze in de zogenaamde eindfase uitgevoerd. Denk bijvoorbeeld aan aanvullende werkzaamheden naar aanleiding van een COTAN review.

## 7. Klaar!

Een aantal jaar verder is het dan zover: de nieuwe WPPSI-IV is beschikbaar voor gebruik! Een nieuwe test, met nieuwe normen die de komende jaren tot je dienst staat. ●





# Joost mag het (w)eten

Op pagina 42 vond je al drie recepten voor gezonde smoothies. Omdat er ook een beetje geleefd mag worden, hieronder nog twee lekkere recepten. Waarvan één heel geschikt voor op de barbecue!



## Surf en Turf BBQ spiezen

**Ingrediënten voor 6 spiezen:**

2 stukken biefstuk

12 medium grote garnalen

2 teentjes knoflook

Citroensap

½ tl chilivlokken

Olijfolie

Peper en zout

Meng wat olijfolie met een teentje knoflook, peper en zout. Snij vervolgens de biefstuk in blokjes van ongeveer 4 x 4 cm en bestrijk deze met de kruidenolie. Meng in een kom het citroensap met de chilivlokken, knoflook en wat zout. Doe de garnalen erbij en roer om. Rijg om en om de biefstuk en de garnalen op de spiezen. Gril de spiezen op de bbq of in de grillpan in ongeveer 10 minuten medium doorbakken. Serveer met een saus naar keuze en een lekkere salade!



*Een klassiek recept uit Italië, supersmaakvol, vegetarisch en gemaakt in een handomdraai:*

**Ingrediënten voor 4 personen:**

400 gram penne

3 tenen knoflook

1 rode peper

2 eetlepels olijfolie

400 gram gepelde tomaten

Een halve eetlepel gedroogde Italiaanse kruiden

70 gram tomatenpuree

Eventueel wat Parmezaanse kaas en basilicum

## Pasta Arrabiata

Breng water aan de kook en kook de penne hierin tot ze beetgaar zijn. Snij ondertussen de knoflook in dunne plakjes, en halveer de rode peper in lengte. Verwijder de zaadlijsten en snij het overgebleven vruchtvlees heel fijn. Verhit de olijfolie in een hapjespan en fruit de knoflook en de peper op laag vuur, tot de knoflook van kleur verandert. Voeg op dat moment de gepelde tomaten en de Italiaanse kruiden toe. Voeg peper en zout toe naar smaak, en breng het geheel al roerend aan de kook. Voeg nu de tomatenpuree toe en bak deze een minuut mee. Roer het geheel goed, zodat de tomaten loskomen. Laat de saus nog 10-15 minuten pruttelen op een laag vuurtje. Giet de pasta af en meng met de saus. Serveer in diepe borden en garneer eventueel met Parmezaanse kaas, basilicum en wat olijfolie.

**Tip:** In plaats van gepelde tomaten uit blik en tomatenpuree, kan je uiteraard ook verse tomaten gebruiken (dit neemt alleen het element 'in een handomdraai gemaakt' weg, maar komt de smaak van het gerecht zeker ten goede). Uiteraard kan je in plaats van penne alle soorten pasta gebruiken die lekker lijken! ●



# Use it or lose it

## Hoe houd je je werkgeheugen op peil in vakantietijd?

Misschien vier je deze zomer noodgedwongen thuis vakantie. Dat biedt naast teleurstelling ook nieuwe mogelijkheden. Het werkgeheugen stelt ons in staat om nieuwe informatie kort vast te houden, te relateren aan opgeslagen kennis en van daaruit te handelen. Net als spieren, vermindert de werking als we er niets mee doen. Geef je brein de beste zorg en nieuwe uitdagingen.

### Tip 1. Daag jezelf uit

Daag je werkgeheugen uit door een taal te leren, misschien de taal van het land waar je op vakantie zou gaan. Leer een instrument spelen, maak een fotoboek van vorige vakanties of volg een online cursus kunstgeschiedenis. Door iets nieuws te leren blijven je hersenen flexibel en worden er nieuwe verbindingen aangemaakt. Ook worden verbindingen die gebruikt worden sterker.

### Tip 2. Brainfood

Dat ons brein gezonde voedingsstoffen nodig heeft is bekend. Maar hoe doe je dat in vakantietijd, wanneer gebruik van suikers, alcohol en gemaksmaltden meer op de loer ligt. Je brein houdt van goede vetten in vis, avocado, olijven, walnoten en zaden. Groene groenten voorzien je hersenen van belangrijke voedingsstoffen, waaronder vitamine B. Creëer lekkere maaltijden waarin gezonde voedingsstoffen de hoofdrol spelen. Kies een recept uit je favoriete vakantieland als inspiratiebron voor een creatief menu. En met iets nieuws creëren of het maken van een ingewikkelder recept, train je ook je brein. Twee vliegen in één klap dus.



### Tip 3. Speel vaker een spelletje

Legpuzzels en spellen als Memory, Set, Scrabble of schaken zijn goed voor de hersenen en ook nog eens gezellig. Maak zelf een memoryspel met afbeeldingen van je favoriete vakantieland. Ontdek breinpuzzels. Puzzels van Logiquiz zijn mijn favoriet. Ze hebben een direct verband met het werkgeheugen. Je moet gegevens onthouden en in verband brengen met elkaar om daaruit conclusies te trekken. Dat is échte breingymnastiek.



### Tip 4. Beweeg

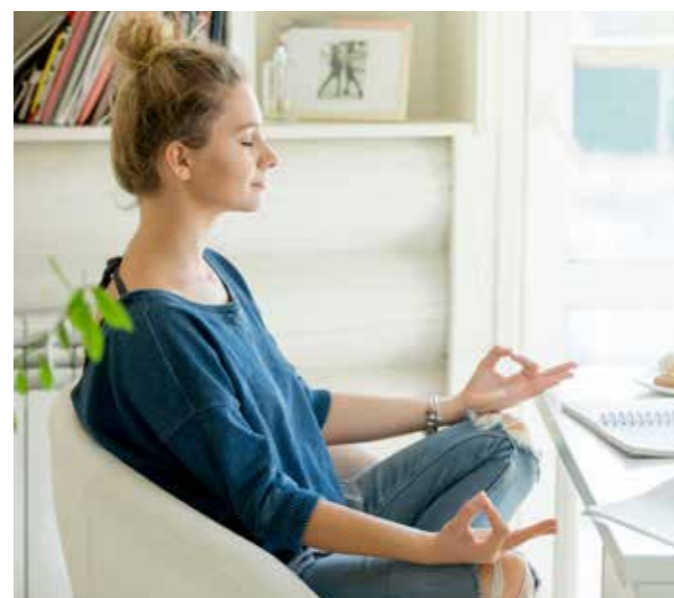
Zet jezelf aan tot sportieve acties, juist in je vakantie. Creëer afwisseling in hartslag verhogende inspanning, krachttraining en langer durende, matige inspanning. Hiermee zorg je voor een goede doorbloeding van de hersenen en stimuleer je de aanmaak van hormonen en neurotransmitters als dopamine en serotonine. Dopamine zorgt voor motivatie en aandacht en voor een bevredigend gevoel. Serotonine is belangrijk voor je humeur, impulscontrole en zelfvertrouwen en ondersteunt verbindingen in de cortex en hippocampus die belangrijk zijn bij leerprocessen.

### Tip 6. Digitale detox

Is jouw smartphone je trouwste maatje en Netflixen je reguliere tijdverdrijf? Besteed je meer tijd aan social media dan je lief is? Stap dan eens uit je comfortzone, gun je brein een of meer digiloze dagen en ervaar wat dat met je doet. Een gezond brein heeft, net als een gezond lijf, rust en ontspanning nodig. ●

### Tip 5. Mindfulness en meditatie

Ons brein is voortdurend bezig met wat geweest is of wat komen gaat. Door mindfulness te beoefenen en te mediteren, train je aandacht te houden in het hier en nu en te focussen op taken en doelen. Diverse onderzoeken laten zien dat mindfulness training het werkgeheugen verbetert en daarmee een positief effect heeft op mentaal en emotioneel welzijn. Misschien heb je juist nu tijd om een online mindfulness- of meditatietraining te volgen, want leren mediteren vraagt oefening en toewijding.



#### COGMED WERKGEHEUGENTRAINING

Wil je je werkgeheugen echt een boost geven om gemakkelijker te kunnen focussen en beter te presteren, dan is de Cogmed werkgeheugentraining een aanrader.

[www.cogmed.nl](http://www.cogmed.nl)

# Eerste stappen richting Mindfulness

Mindfulness kan het beste gedefinieerd worden als "het richten van aandacht op een specifieke manier: bewust, in het heden, en zonder oordeel".

- John Kabat-Zinn

Je kunt op twee manieren 'mindful' zijn:

- door het doen van simpele (meditatie)oefeningen, maar ook;
- door volledig in het moment te zijn en te genieten van iets eenvoudigs als het eten van je lunch, zodat je het écht proeft en waardeert, in plaats van het gewoon op te slokken.

Neurowetenschappen helpen ons om onze hersenen en het effect van mindfulness op ons brein beter te begrijpen. Mindfulness kan op twee manieren gebruikt worden:

Het kan je helpen om kalm te blijven. Een beetje stress is natuurlijk heel normaal en het kan zelfs helpen om een goed resultaat te behalen. Stress wordt pas een probleem zodra het zoveel wordt, dat het jouw prestatie in de weg gaat staan. Mindfulness kan dan helpen om de activiteit te verminderen in het hersengebied dat geassocieerd wordt met piekeren.



Mindfulness kan ook de neurale connecties aan de voorkant van je hersenen versterken. Dit gebied wordt geassocieerd met het geheugen, het probleemoplossend vermogen en het vermogen tot het uitsluiten van irrelevante prikkels.

Een van de meest simpele mindfulness oefeningen is het focussen op je ademhaling. Dit helpt om kalm te worden, werkt goed tegen piekeren, vergroot je aandacht, concentratie en je geheugen. Tevens helpt het bij het maken van betere, meer vaardige beslissingen.

## Bereid jezelf voor op meditatie:

- Vind een rustige plek om te zitten, zodat je niet wordt gestoord. Zet je telefoon op stil.
- Kies een comfortabele stoel. Zorg dat je voeten de grond raken, laat je handen op je knieën rusten, plaats je rug tegen de stoelleuning. Houd je schouders naar achteren, zodat je rechtop zit en je hoofd naar voren is gericht.
- Sluit je ogen en focus op je ademhaling. Je hoeft niet op een andere manier adem te halen. Wees er gewoon bewust van hoe je ademt.



## Start de meditatie:

Wanneer je klaar bent om te gaan oefenen, kun je de opname afspelen (het duurt iets korter dan 10 minuten). Ga naar <https://bit.ly/2B97bCe> om te luisteren.

## Na de meditatie:

Nadat je de opname hebt afgespeeld, is het tijd om te reflecteren:

- Was het gemakkelijk om te doen?
- Dwaalden je gedachten teveel af?
- Was er nog iets anders aan de hand?

Probeer dit elke dag 10 minuten te oefenen. Vind een vaste tijd die voor jou werkt. Beetje bij beetje zal je merken dat je kalmer wordt. Voor de ene persoon kan het sneller werken dan voor de ander. Het belangrijkste is dat je het met een open en nieuwsgierige houding een kans geeft.

## Woordzoeker

De oplossing staat op pagina 68

K R C C D I T A S P I I X I E G Z U  
G L Q W K C Q I T I J J C L J W G U  
R L E Z O M E R R B W T L R E D L F  
X Z G J U K O V A A I C Y M O N F I  
S C K Y K W V E N B N K B G I A O A  
Z E I L A N D I D A B A I Z Q R Z Z  
B W O B D C S E T R D U N N M B I C  
V D X C H E B V A B X T T J I E V T  
V M Y F E G N R S E L B O F O N A M  
V I D Q Q A Z V P C I A L B E N K S  
M V V O S F A Y T U R D A S T O A I  
U M O H E V T N A E B L B O C Z N E  
L D Y F H H E K P G E A D I I I T R  
H S W V A R E N U X N K N C L D I G  
J K A M P E R E N L N E A S D R E E  
Z S G P O H B M N H O N R C N U D I  
L A R X Q P X N V G Z M T P Q U N L  
W H E B N E M M E W Z G S D E R F V

BADLAKEN

EILAND

STRANDBAL

VAREN

ZONNEBRAND

ZWEMMEN

BARBECUE

KAMPEREN

STRANDTAS

VLIEGREIS

ZONNEBRIL

BIKINI

OCEAAN

VAKANTIE

ZOMER

ZWEMBAD

## Zoek de 8 verschillen

De oplossing staat op pagina 68



# Wat zegt de Verbaal Begrip Index (WISC-V) écht over taalvaardigheid?

Om een beter inzicht te krijgen in de leeromstandigheden van kinderen en om hen adequate ondersteuning te kunnen bieden, wordt bij kinderen vaak onderzoek gedaan met gestandaardiseerde test-instrumenten. In dit artikel gaan we dieper in op wat de WISC-V hierin kan bijdragen. We bespreken ook de beperkingen van de WISC-V en waarom de test geen volledig beeld geeft van eventuele taalproblemen.

*Vertaald uit het Zweeds: Vad säger egentligen Verbalt Index om språklig förmåga? Emma Sjöström & Joanna Olsson. Bewerkt en aangevuld door Mirjam van der Zee.*

Taal is een belangrijk middel om gevoelens, gedachten en behoeften te uiten en communicatief deel te nemen in verschillende sociale contexten. Verder is taalvaardigheid fundamenteel voor het verkrijgen van kennis en voor redeneren op basis van eerder verworven kennis. Kinderen en adolescenten met taalproblemen lopen daarom een groot risico om niet in dezelfde mate van onderwijs te profiteren als leeftijdsgenoten.

## Totaalscore en primaire indexen

De WISC-V geeft een totaalscore (TIQ) die de algemene capaciteiten van een kind weergeeft. Naast het TIQ biedt de test vijf primaire metingen, de zogenaamde primaire indexen. Dit zijn de Verbaal Begrip Index (VBI), Visueel Ruimtelijke Index (VRI), Fluid Redeneer Index (FRI), Werkgeheugen Index (Wgl) en de Verwerkingssnelheid Index (Vsl). Samen met het TIQ bieden de primaire indexen een uitgebreide beoordeling

van het cognitief functioneringsniveau van een kind op verschillende gebieden. Wanneer taalproblemen worden vermoed, is de VBI het meest interessant om te analyseren. Zo kan gekeken worden naar het TIQ in combinatie met de VBI. Dit kan belangrijke informatie geven over of de taalvaardigheid van het kind in lijn is met zijn/haar cognitieve capaciteiten, of dat taalvaardigheid een relatieve zwakte is in het totale profiel.

## Opbouw Verbaal Begrip Index

De VBI bestaat uit de subtests Overeenkomsten (OV) en Woordenschat (WS). Overeenkomsten is bedoeld om verbale conceptvorming en abstract redeneren te meten, terwijl Woordenschat naast verbale conceptvorming ook woordkennis meet. Om een goede score op de VBI te behalen, heeft het kind dus een goed vermogen nodig om verbale informatie te begrijpen, om te kunnen redeneren rond taalkundige concepten en gedachten en om ideeën mondeling te uiten. De VBI stelt ook eisen aan het langetermijngeheugen,

omdat de taken van dien aard zijn dat het kind de eerder geleerde kennis moet kunnen ophalen en gebruiken. Als het kind toegang heeft tot een groot vocabulaire, zal het voor het kind ook gemakkelijker zijn om abstract te denken. Door meer geavanceerde concepten te gebruiken, zal het kind effectiever zijn in zijn denkproces. Een lage score op de VBI kan wijzen op taalproblemen; een slecht ontwikkeld vocabulaire, problemen bij het ophalen van verworven kennis en/of expressieve problemen.

## Verhoudingen OV en WS

De vergelijking tussen OV en WS geeft informatie over prestaties op twee taken voor verbaal begrip, waarbij verschillende vaardigheden betrokken zijn. Bij beide taken zijn verbale en crystallized vaardigheden betrokken. Maar de prestatie op OV kan meer gerelateerd zijn aan abstract en conceptueel redeneren en cognitieve flexibiliteit, terwijl WS meer gerelateerd is aan lexicale kennis. Deze vergelijking geeft informatie voor de interpretatie van de VBI. Een discrepantie waarbij OV groter is dan WS, impliceert een relatief sterk vermogen tot abstract redeneren en cognitieve flexibiliteit, in vergelijking met lexicale kennis. Een discrepantie waarbij WS groter is dan OV duidt op een beter ontwikkelde lexicale kennis, vergeleken met abstract redeneren en cognitieve flexibiliteit.

## Indexen interpreteren

Lage scores op de VBI in combinatie met lage scores op verschillende andere indexen, kunnen wijzen op over het algemeen lage capaciteiten. Bij een vermoeden van taalproblemen kan het ook interessant zijn om te kijken naar het TIQ in combinatie met de secundaire Non-Verbale Index (NVI). Deze index bestaat uit de subtests in de WISC-V, die het minst worden beïnvloed door taalvaardigheid. Deze is bedoeld om het vermogen te meten, om problemen

en verwerkingssnelheid op te lossen wanneer de taken non-verbaal van aard zijn. Hoge scores op de NVI duiden op een goed ontwikkeld algemeen intellectueel functioneren voor visueel gepresenteerde stimuli. Lage scores op de NVI kunnen zich om veel redenen voordoen, waaronder lage verwerkingssnelheid, geringe werkgeheugen, geringe abstracte en conceptuele redeneervaardigheden, geringe ruimtelijke redeneervaardigheden of algemene geringe intellectuele vaardigheden.

In bepaalde soorten van taalproblemen kan de NVI een relatieve sterkte zijn. Het is echter belangrijk om te onthouden dat de taken in de NVI ook enige taalvaardigheid vereisen, omdat alle instructies mondeling worden gegeven.

## Beperkingen van de Verbaal Begrip Index

De WISC-V is bedoeld om de intellectuele capaciteiten van kinderen en adolescenten te meten. De test kan ook belangrijke informatie verschaffen over eventuele vermoedens van taalproblemen. Desondanks is het belangrijk om te onthouden dat de test niet in de eerste plaats is ontworpen om taalproblemen te signaleren of diagnosticeren. Er wordt niet gekeken naar grammaticale, fonologische of pragmatische vaardigheden. Het is bijvoorbeeld mogelijk om hoge scores te behalen op verbale taken, zonder de grammatica juist toe te passen of de woorden correct uit te spreken. Kinderen met lees- en schrijfproblemen hoeven geen relatieve zwakte te vertonen in de VBI omdat de taken mondeling worden afgenomen en beantwoord. Er zijn in een WISC-V-profiel dus geen directe indicatoren voor dyslexie.

Ook wordt bij de WISC-V geen onderscheid gemaakt tussen mogelijke oorzaken van taalproblemen. Woord-

vindingsproblemen bijvoorbeeld, kunnen te wijten zijn aan meerdere factoren. Denk aan algemene tekortkomingen in executieve functies, een beperkte woordenschat of een onvolledige representatie van de woordvorm of woordbetekenis in het mentale lexicon.

Taal is complex en bestaat uit verschillende delen die elkaar beïnvloeden. Deze onderdelen moeten gedetailleerd in kaart worden gebracht om de sterke en zwakke punten van elk individu te kunnen identificeren. Als er na het testen met de WISC-V reden is om taalproblemen te vermoeden, is het aan te raden om het taalvermogen van het kind nader in kaart te laten brengen door een logopedist. Tests zoals de CELF-5-NL en de PPVT-III-NL geven meer informatie over de receptieve en expressieve taalvaardigheden van het kind. Het is ook belangrijk om een idee te krijgen van het vermogen om taal te gebruiken in sociale interactie en in een alledaagse context, oftewel het pragmatische vermogen. Dit wordt ook bij de CELF-5-NL in kaart gebracht. Informatie over pragmatiek kan worden aangevuld met behulp van screeningslijsten zoals de CCC-2-NL.

Concluderend kunnen we stellen dat de VBI van de WISC-V een belangrijk hulpmiddel is om een beeld te krijgen van de verworven kennis en vaardigheden van het kind voor conceptvorming. Om een genuanceerder en meer diepgaand beeld te krijgen van het vermogen van het kind om taal te produceren en verwerken, zijn echter ook andere instrumenten en onderzoeksmethoden nodig. ●



DEZE ZOMER  
ONDERWEG NAAR...

# De vierde editie van het Pearson jaarcongres

Interview met Barbara de Lange, manager Pearson Academy

**O** **Op 2 oktober aanstaande vindt de vierde editie van het Pearson jaarcongres plaats. Zijn jullie al druk bezig met de voorbereidingen?**

“Daarmee zijn we al in oktober 2019 van start gegaan. Het vinden van een geschikte locatie in Nederland is een uitdagende klus. Om te beginnen moet de plek beschikken over een grote ruimte waar zo’n 750 mensen tegelijk in passen. Daarnaast kunnen deelnemers gedurende het congres verschillende deelsessies volgen. Naast de grote ruimte, dienen er dus ook nog vijf andere ruime zalen beschikbaar te zijn. Ook speelt bereikbaarheid een grote rol. We willen dat het deelnemers zo min mogelijk moeite kost om de locatie te bereiken. Een centrale ligging in de buurt van een station is daarom een pré. Dit jaar hebben we een prachtige,

knusse locatie in Den Bosch gevonden. We hopen natuurlijk van harte dat het congres daar ook echt plaats gaat vinden. Wij zien ook, door COVID-19, dat er een kans bestaat dat we niet met een grote groep bij elkaar mogen komen. In dat geval maken we er een fantastische online congresdag van of schuiven we het congres door. Van alle ontwikkelingen houden we je uiteraard op de hoogte.”

**Kan je, afgezien van de locatie, iets vertellen over wat er nog meer komt kijken bij het organiseren van zo’n groot event? Hoe ervaar jij dat?**

“We streven ernaar om alle deelnemers een perfecte dag te bezorgen. Een dag die je overkomt, en waarop je niet bezig bent met alle organisatie eromheen. Denk bijvoorbeeld eens terug aan eerdere edities van het Pearson jaarcongres of een vergelijkbaar evenement waar je als bezoeker kwam. Vermoedelijk heb je je toen niet gerealiseerd hoeveel uren er zijn besteed in de voorbereiding aan bijvoorbeeld de programmering. Aan dat er met alle sprekers één of meerde- →







## UPDATE

Op de dag voor het drukken van dit zomermagazine hebben we besloten het jaarcongres te verplaatsen naar het voorjaar in 2021. De reden hiervan is Covid-19. We merken dat onze klanten momenteel andere prioriteiten hebben, hetgeen wij uiteraard volkomen begrijpelijk vinden. Om iedereen de kans te geven ons jaarcongres te kunnen bijwonen, delen we binnenkort een nieuwe datum en hopen we alle geïnteresseerden in 2021 te kunnen verwelkomen!

re voorbesprekingen zijn geweest zodat elke sessie zo interessant mogelijk voor de deelnemers is. Dat er bijvoorbeeld weloverwogen keuzes gemaakt zijn over alles wat je die dag kunt eten en drinken. Dat er een team van vormgevers is ingezet om de visuele uitstraling te optimaliseren. En vergeet vooral de details niet. Tijdens het Pearson jaarcongres verwachten we voornamelijk vrouwelijke deelnemers. Een reeks aan toiletten is daardoor geen overbodige luxe, klinkt logisch. Maar het is weleens gebeurd dat het congres zich afspeelde in een locatie waar de sanitaire voorzieningen beperkt waren. Iets wat we totaal over het hoofd hadden gezien en waarvan we op de dag zelf ontdekte hoe vervelend dat was. En zo zijn er nog veel meer details waaraan we aandacht besteden, zoals bewegwijzering, goede doorloop in de garderobe, enzovoorts. Ik moet wel zeggen dat dit soort details ook te maken hebben met ervaring. Wanneer je een groot evenement vaker organiseert, krijg je meer en meer oog voor kleine – maar weldegelijk belangrijke – details die invloed hebben op een zeer fijne congreservaring.”

**Voor jou persoonlijk, als manager van de Pearson Academy, wordt dit het tweede congres. Hoe zorg je ervoor dat iets dergelijks, met een gevestigde naam, toch ook echt van jou wordt?**

“Dat is niet mijn doel. Het is namelijk niet mijn congres; het congres is voor de deelnemers. En wanneer zij tevreden

“  
**Die evaluaties zijn erg belangrijk en meten letterlijk het succes van het congres**  
”

den zijn over het programma en sprekers, over de gehele organisatie, en wanneer zij aan het einde van de dag met nieuwe kennis, inspiratie en een glimlach naar huis vertrekken, dan is het congres voor mij geslaagd. We bereiken dit door in de voorbereiding veel met deelnemers in contact te staan. Daardoor kunnen we goed inspelen op de kennisbehoefte. Ook leren we veel van evaluaties die we hebben teruggekregen na voorgaande edities. Die evaluaties zijn erg belangrijk en meten letterlijk het succes van het congres. Natuurlijk streef ik naar een hoger cijfer dan het jaar hiervoor!”

**Heb je zin in 2 oktober? Denk je dat deze editie alle voorgaande jaren zal overtreffen?**

“We gaan een zeer interessant congres neerzetten op 2 oktober, daarvan ben ik overtuigd! Uiteraard krijgt het thema ‘intelligentie’ een groot podium. Maar om het congres vernieuwend te houden en het centrale onderwerp wat breder te trekken, combineren we ‘intelligentie’ dit jaar met ‘emotie’ en ‘gedrag’. Een bijzonder interessante driehoek van thema’s waarbij we de experts binnen deze gebieden hebben uitgenodigd om hun kennis te delen en interactief aan de slag te gaan met onze deelnemers.” ●

MAAK DEZE ZOMER KENNIS MET  
DÉ SCREENER SPECIAAL VOOR JONGEREN

# BECK YOUTH INVENTORIES

SECOND EDITION

BYI-2-NL

Aan de hand van vijf korte, gerichte vragenlijsten breng je de beleving van kinderen en jongeren van 7-18 jaar op het gebied van **angst, boosheid, depressie, zelfbeeld** en **verstorend gedrag** in kaart. De vragen zijn geformuleerd op het niveau van beginnende taalgebruikers en nemen per onderdeel maar 5 á 10 minuten in beslag. De lijsten kunnen zowel los van elkaar als gecombineerd worden ingezet.

De BYI-2-NL is zowel op papier als digitaal af te nemen. De digitale afname kan plaatsvinden via ons platform Q-global of via één van onze partners. De BYI-2-NL is onder andere beschikbaar via Praktikon/Bergop, Emploom en Philips Vitalhealth.



## Spreek- woorden

De oplossing staat  
op pagina 68



## Oplossingen puzzels

Oplossingen Zoek de verschillen  
Pagina 18-19



Pagina 46-47



Pagina 58-59



Oplossingen sudokupuzzels pagina 24

8	9	6	4	7	5	2	3	1
2	3	5	1	6	8	7	9	4
1	7	4	2	9	3	8	5	6
3	2	8	6	4	9	5	1	7
7	6	9	5	8	1	3	4	2
5	4	1	3	2	7	9	6	8
9	5	2	8	1	6	4	7	3
4	1	7	9	3	2	6	8	5
6	8	3	7	5	4	1	2	9

7	9	8	5	1	4	3	2	6
2	5	3	8	6	7	9	4	1
4	6	1	9	2	3	8	7	5
1	3	6	4	9	5	2	8	7
8	4	5	2	7	1	6	3	9
9	7	2	3	8	6	1	5	4
6	8	9	7	5	2	4	1	3
3	1	7	6	4	8	5	9	2
5	2	4	1	3	9	7	6	8

Oplossing woordzoeker pagina 57

K	R	C	C	D	I	T	A	S	P	I	X	I	E	G	Z	U	
G	L	Q	W	K	C	Q	I	T	I	J	J	C	L	J	W	G	U
R	L	E	Z	O	M	E	R	R	B	W	T	L	R	E	D	L	F
X	Z	G	J	U	K	O	V	A	A	I	C	Y	M	O	N	F	I
S	C	K	Y	K	W	V	E	N	B	N	K	B	G	I	A	O	A
Z	E	I	L	A	N	D	I	D	A	B	A	I	Z	Q	R	Z	Z
B	W	O	B	D	C	S	E	T	R	D	U	N	N	M	B	I	C
V	D	X	C	H	E	B	V	A	B	X	T	T	J	E	V	T	
V	M	Y	F	E	G	N	R	S	E	L	B	O	F	O	N	A	M
V	I	D	Q	Q	A	Z	V	P	C	I	A	L	B	E	N	K	S
M	V	V	O	S	F	A	Y	T	U	R	D	A	S	T	O	A	I
U	M	O	H	E	V	T	N	A	E	B	L	B	O	C	Z	N	E
L	D	Y	F	H	H	E	K	P	G	E	A	D	I	I	I	T	R
H	S	W	V	A	R	E	N	U	X	N	K	N	C	L	D	I	G
J	K	A	M	P	E	R	E	N	L	N	E	A	S	D	R	E	E
Z	S	G	P	O	H	B	M	N	H	O	N	R	C	N	U	D	I
L	A	R	X	Q	P	X	N	V	G	Z	M	T	P	Q	U	N	L
W	H	E	B	N	E	M	M	E	W	Z	G	S	D	E	R	F	V

3	8	1	5	7	4	9	2	6
5	4	6	2	1	9	7	8	3
2	7	9	6	8	3	1	5	4
4	9	3	7	2	6	8	1	5
8	2	7	1	4	5	3	6	9
1	6	5	3	9	8	4	7	2
9	5	8	4	6	7	2	3	1
6	1	4	8	3	2	5	9	7
7	3	2	9	5	1	6	4	8

6	1	8	7	2	4	5	3	9
9	7	3	1	5	7	2	4	8
5	4	2	8	3	9	6	7	1
1	9	7	5	4	8	3	2	6
4	3	6	2	7	1	8	9	5
8	2	5	6	9	3	4	1	7
7	8	4	3	1	5	9	6	2
2	5	9	4	6	7	1	8	3
3	6	1	9	8	2	7	5	4

Sudoku 3

Sudoku 4

Oplossing Hersenkraker pagina 37

Geniet van een zonovergoten & ontspannen zomer

Oplossingen Spreekwoorden pagina 67

1. De kat uit de boom kijken / 2. De appel valt niet ver van de boom / 3. Men vangt meer vliegen met stroop dan met azijn / 4. De hond in de pot vinden / 5. Iemand het gras voor de voeten wegmaaien / 6. Tijd is geld

# Nieuw bij Pearson

## Raven's 2

Wereldwijd de meest gebruikte intelligentietest: Raven's 2 NL. Een non-verbale test voor het snel in kaart brengen van de algemene intelligentie (g). Raven's is geschikt voor de leeftijdsgroep van 4:0 - 69:11 jaar, verschijnt zowel digitaal als op papier, en kan zowel individueel als groepsgewijs (vanaf 7 jaar) worden afgenomen. Door het non-verbale karakter van de test is deze uitermate geschikt als screener bij cliënten die de Nederlandse taal niet volledig beheersen. Wanneer je de Raven's 2 NL nu aanschaft via Q-global, zijn alle afnames in juli en augustus gratis! Kijk voor meer informatie op <https://www.pearsonclinical.nl/ravens2>



## WPPSI-IV-NL

Buitengewoon verbeterd: WPPSI-IV-NL! Met deze nieuwste Wechsler bepaal je het intelligentieniveau van kinderen tussen de 2,5 en 7 jaar oud. Afhankelijk van de leeftijd van het kind en het aantal afgenomen subtests ligt de afnameduur tussen de 30 - 70 minuten. WPPSI-IV-NL wordt individueel afgenomen en verschijnt zowel op papier als digitaal. Bekijk de website voor meer informatie over de test en de speciale introductieaanbieding (geldig tot en met 31/12/20) <https://www.pearsonclinical.nl/wppi>

## PEDI-CAT

PEDI-CAT meet vaardigheden in vier domeinen: Dagelijkse activiteiten, Mobiliteit, Sociaal - Cognitieve ontwikkeling en (als vierde en nieuw toegevoegd domein) Verantwoordelijkheid. Deze kunnen los van elkaar gemeten worden. Deze adaptieve test verschijnt deze zomer exclusief op Q-global en is geschikt voor alle kinderen en jongeren (0-21 jaar) met een beperking, ongeacht de diagnose. Ga voor meer informatie naar [www.pearsonclinical.nl/pedi-cat](http://www.pearsonclinical.nl/pedi-cat)





# *Verhuisbericht* Pearson schuift een paar kantoren op!

Na ruim drie mooie jaren is het tijd voor een nieuwe plek! Het pand waarin wij momenteel gevestigd zijn, krijgt een nieuwe bestemming. Na de zomer verlaten wij de Gatwickstraat en vestigen ons in het Coengebouw, een paar straten verderop. We blijven dus in Amsterdam en zelfs gewoon in het stadsdeel Sloterdijk. Zo kunnen alle medewerkers met de trein en op de fiets naar hun werk blijven gaan.

Op dit moment wordt hard gewerkt om het kantoor gereed te maken. We kijken ernaar uit om de eerste beelden van het nieuwe kantoor met jullie te delen. En natuurlijk om jullie voortaan op deze locatie hartelijk te verwelkomen bij trainingen van Pearson Academy en workshops van Testadvies.



## *Bedankt voor het lezen!*

Aan het begin van dit nieuwe decennium, toen de zomer nog mijlenver weg leek, ontstond het idee om iets leuks voor onze klanten te doen. Het Zomermagazine werd geboren. Een magazine voor jou, met daarin een mix van inhoudelijke en vermakelijke content. We voegden de daad bij het woord en betrokken de rest van het Pearson-team bij het plan. Iedereen was direct enthousiast en kwam met sterke suggesties voor de inhoud. Kort na het ontstaan van het idee, wisten we al vrij helder hoe het magazine eruit zou komen te zien.

Ook de auteurs van de inhoudelijke artikelen waren direct enthousiast om mee te werken. Wij hopen dat je die artikelen waardeert en met veel plezier hebt gelezen! Wij bedanken de auteurs hartelijk voor hun medewerking!

De zomervakantie is bij uitstek een tijd voor ontspanning. We hopen dat de meer 'luchtige' content daaraan heeft bijgedragen. Bijvoorbeeld door inspiratie te geven voor een leuk dagje weg, een lekkere maaltijd, of het maken van de puzzels en raadsels.

We danken je bovendien voor de samenwerking in het afgelopen jaar. Ons doel om het welzijn te verbeteren van alle mensen, uit alle leeftijden en culturen, kan alleen gerealiseerd worden doordat jij onze producten inzet om deze mensen verder te helpen.

De zomer van 2020 zal in veel opzichten anders worden dan we gewend zijn. Op reis naar het buitenland, bezoekjes aan het terras en dagjes weg zijn op dit moment niet zo vanzelfsprekend als altijd. Maar waar en hoe je ook vakantie viert, wij wensen je een zonovergoten, en ultiem ontspannen zomer toe. Waarin je ondanks de situatie vooral heel veel geniet!

*Joost en Nicole*  
Marketing

ALWAYS LEARNING

EVEN WHEN THE SUN IS BURNING

