

Rots & Water: basis voor verkeers-educatie+ in VMBO/VO/MBO

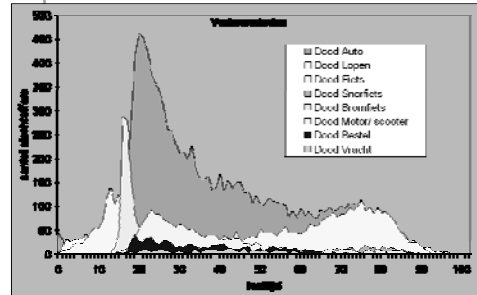
5e Rots & Water Congres Ede 9-12-2009 workshop 14 WJ9 373-14
Lauk Woltring m.m.v. Christel Versantvoort

- Verkeer: bijzondere vorm van sociaal verkeer waarin alle zintuigen en veel vaardigheden een rol spelen
- Veel gevaren, opgaven en mogelijkheden
- Je veilig leren bewegen in gedeelde ruimte
 - Eigen energie ontmoet de energie van anderen, vaak nog eens versterkt met 50cc of meer
 - Eigen energie leren hanteren
 - Eigen reacties kennen en hanteren
 - Gewaarwordingen en verantwoordelijkheden

©Lauk Woltring, 'Werken met jongens. Innovatie, Advies, Training op Maat' meer informatie, bronnen, links & contact: www.laukwoltring.nl

Risico's in het verkeer

Doden naar vervoerwijze, sinds 1987 (bron: SWOV)



1. Auto
2. Bromfiets
3. Fiets

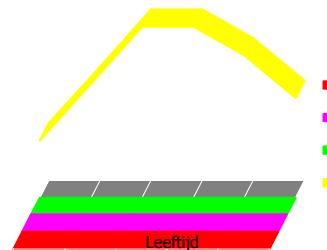
Gewonden: hogere getallen, m.n. fiets & bromfiets + onderrapportage politie

Puberteit en verkeer

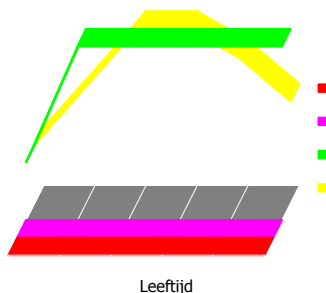
- Verder van huis, grotere risico's
- Impulsiviteit en energie neemt toe
- Middelen en omgeving complexer: fiets, bromfiets, 17+ auto
- Behoeftte aan autonomie en eigen verantwoordelijkheid neemt toe (hun wil loopt vooruit op hun mogelijkheden)
- In wezen sterk gemotiveerd
- Jongeren leren veel van elkaar en zijn beïnvloedbaar door reclame en media (nog onzeker zelfbeeld)
- Betere *gewaarwording* van zichzelf en de omgeving maakt meer verantwoordelijkheid mogelijk
- Dit is te leren maar moet wel worden gestimuleerd
- Transfer-problematiek van leslokaal naar de praktijk
- Vgl. ook: uitgaansleven, openbaar vervoer, middelengebruik, seks

Paradox van de adolescentie "Ga wat dichterbij me vandaan"

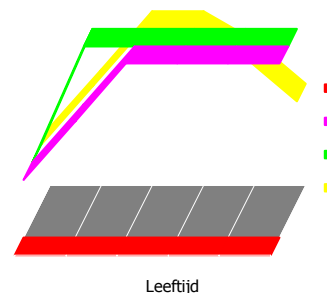
Verhoogd risicogedrag (geel) tijdens adolescentie

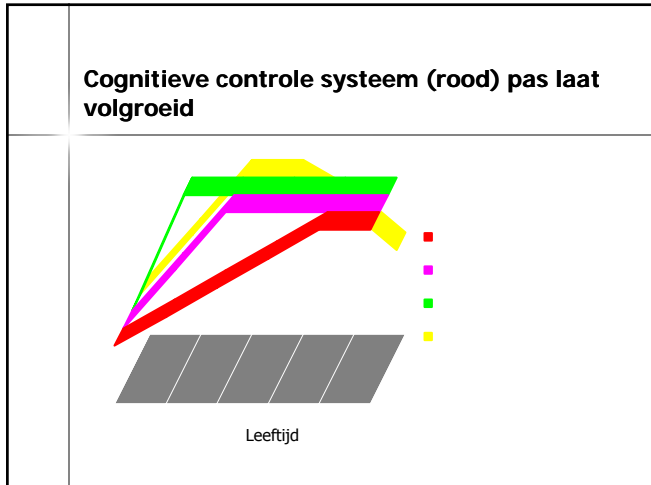


Cognitieve vaardigheden (groen) al vroeg op niveau van volwassenen



'Hormonen gaan stromen', peergroup van extra belang. Verhoogde ontvankelijkheid voor beloningen tijdens puberteit/vroege adolescentie

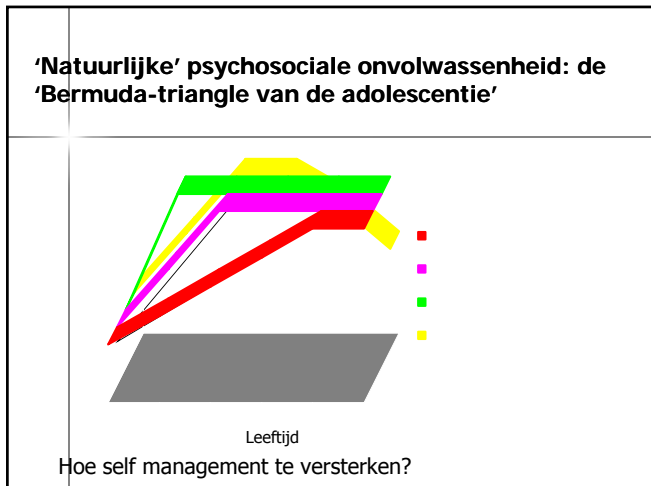




Rijping frontale cortex...

- Oorzaak-gevolg besef ontwikkelt zich pas ten volle na 15^e

- Mooi voorbeeld: Laura de solozeilster kan de gevolgen niet overzien en heeft duidelijke grenzen nodig van de wereld dicht om haar heen.



Wij zijn prikkelverwerkende wezens op zoek naar (over-)leven en betekenis

- Waartoe zijn wij op aarde? (Catechismus... Uitleg...?)
- Socrates (ook voor jeugd nu zéér actueel):
 - Het **ware** (integriteit, wát heeft echt waarde?)
 - Het **schone** (creativiteit, niet rusten voor je 'ja' kunt zeggen)
 - Het **rechtvaardige** (Deugt dit? Sociaal? Doe ik mijzelf en anderen récht?)
- **Overleven**, leren, ons verbinden met anderen, *en genieten*
- Wat willen we? Alles gemakkelijk, voortdurend gelukkig, alle onzekerheden verwijderd (op naar de perfecte leegte?)
- Of: liefde voor het léven, erkenning van menselijke tragiek, *léren... Dáár waar je struikelt ligt je schat begraven*



- ### Prikkelverwerking: basale volgorde
- (naar Damasio)
1. **Prikkel** (van buiten of van binnen)
 2. **Scan**: brein brengt toestand *organisme-in-de-omgeving* continu in kaart, klein deel bewust
 3. **Vergelijking** nieuwe toestand met ideaal (continu)
 4. **Emotie** (= reactie van het lichaam, incl. brein) Onderste brein/ruggemerg
 5. **Gevoel** (= gewaarwording van de emoties) Middenbrein
 6. **Reflectie** (= mentale bewerking van gevoel) Frontale cortex ('bovenste/voorste gedeelte')
 7. **Handelen** (iets doen of niet doen; *hele lichaam*, dit zijn ook mentale handelingen)

Communicatie primair:

♀ Voelen → vooral praten (minder experimenteel)

♂ Zien → Doen (onmiddellijk, onbemiddeld, minder reflectie)



Taak opvoeders en school

- Van externe controle, grenzen en overdracht kennis & waarden (niet overslaan! Maar aansluitend, geproportioneerd, gefaseerd)
- Naar interne controle, eigen kennis ontwikkelen, eigen betekenisgeving, eigen idealen, eigen keuzes
- *Jongeren steunen om via* steeds sterkere gewaarwording van zichzelf in hun omgeving (inclusief bestaande kennis en waarden) hun verantwoordelijkheden zelf op te nemen en zich met anderen te verbinden
- Verder: er vooral *zijn* (TIJD en RUIJTE); geef aan wat goed gaat, bevaag hén en zoek samen uit wat beter anders kan... Leren gaat nu eenmaal via vallen en opstaan (passend risico, niet meer, ook niet minder)
- Een *gradueel* proces, dat voor jongens en meisjes *soms* verschilt (leidraad: Vygotsky's 'zône van naaste ontwikkeling')

Zone van naaste ontwikkeling (Vygotsky)

Voldoende ruimte & voldoende grenzen.
Net dáár stimuleren
Waar het er toe dóet

Meer: zie www.laukwoltring.nl
Homepage: click op achtergronden

Belang van beweging

- Integratie van functies, beheer van impulsen & energie
- Actief eigen positie in de omgeving innemen
- Inspelen op, rekening houden met anderen.
- Self-management: eerst fysiek, later ook mentaal
- Rustige ademhaling 'opent a.h.w. de cortex' (maakt bij jongens m.n. taal en dus ook reflectie vrij)
- Beweging activeert o.a. ook rekenfuncties
- Programma **Rots & Water** psycho-fysieke methodiek vanuit fysiek zelfbewustzijn en gewaarwordingen -> weerbaarheid & sociale vaardigheden
 - Rustig en stevig staan
 - Ademhaling laag, focus op je eigen centrum
 - Richting: "Wat ga ik met mijn energie doen?"

Pilots in Gelderland, Utrecht (en Friesland?)

- Gat in verkeerseducatie tussen PO en (bromfiets)rijbewijs
- Verkeerseducatie komt – net als andere programma's buiten rekenen en taal - moeilijk de scholen binnen
- Inhoud in wezen vergelijkbaar met vele andere educatiepakketten (Je weten te bewegen in....)
- I.p.v. versnippering combinaties gezocht
- Liefst voortbouwen op R&W, waarom? (integrale basis, psychofysiek)
- Problemen die we tegenkomen bij de realisatie. Voorlopig een cursus los van R&W, toekomst...
- Theorie rijbewijs op school?
- Bromfiets: Rij scholen binnenhalen? Samenwerking?

Vaardigheden in het verkeer

- Verwerving bijbehorende vaardigheden past in reeks van steeds meer complexe reeks vaardigheden.
- Het gaat in feite niet om de technische vaardigheden, die zijn uiteindelijk ondergeschikt.
- Sterke en snel verworven technische vaardigheden leiden tot nóg groter risico (overschatting eigen kunnen).
- Het belang van 'hogere orde vaardigheden' : technies <-> tactisch <-> strategisch <-> life skills
- Sef-assessment en je kunnen verplaatsen in anderen in steeds ingewikkelder situaties steeds belangrijker
- Blijven leren ná het bromfiets- of rijbewijs

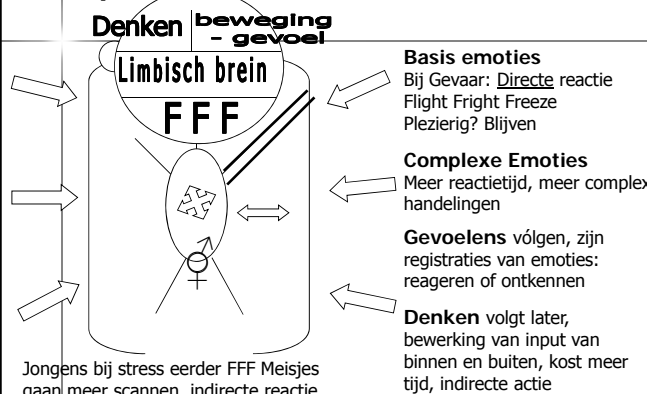
Dé uitdaging voor rij-opleiding en examens: de 'hogere orde vaardigheden' (GDE-matrix)

(De hogere niveau's beïnvloeden de lagere niveau's)	Kennis en vaardigheden	Gewaarwording van risico-verhogende factoren	Zélf evaluatie
4. Karakter, doelen in je leven en 'life-skills'		Toekomstige opleiding & examens	
3. Doelen en context van de rit			
2. Tactisch: beheersing van verkeerssituaties			
1. Voertuigbeheersing			

Invalshoek: Mensen zijn prikkelverwerkende wezens

- *Al groeiend stemmen wij steeds beter af tussen prikkels van binnen en prikkels van buiten (= overleven)*
- **Emoties** (gevaar of plezier): directe reactie
- **Complexe emoties**: spelen rol op achtergrond
- **Gevoelens** (= geregistreerde emoties): meer tijd
- **Gedachten** (reflectie): hoger niveau; kost nog meer tijd
- **Al doende** ontwikkelt ons brein zich door af te stemmen op de zintuigen & signalen van het lichaam (angst, gevaar wordt meer *gevoeld* dan *begrepen*)

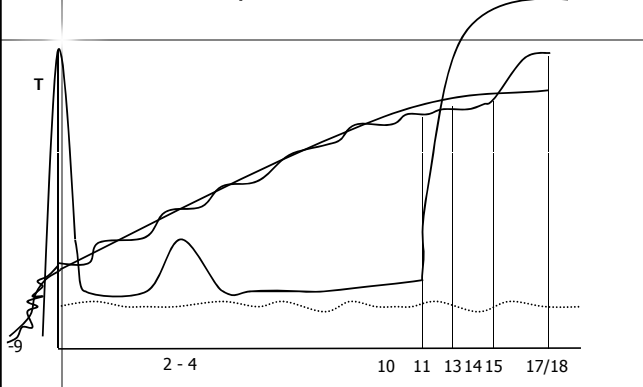
Mens is prikkelverwerkend wezen op zoek naar betekenis



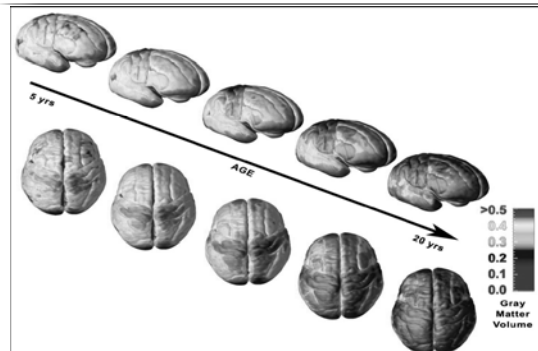
Jongeren leren omgaan met prikkels van binnen en van buiten

- Ouders, leraren, vrienden & kennissen, invloed van de media
- En dan is er de bromfiets-instructeur of coach...: loodsen in de gevaren driehoek (vgl. de Bermuda triangle)
- Wat hebben zij nodig? Grenzen waar nodig
- Balans van veiligheid en prikkeling/enig gevaar...
- Vertrouwen, feedback, zélf doen
- Erkenning **body-brain**: Veel concrete oefeningen: *psycho-fysieke ontwikkeling*, eerst doen, dan praten

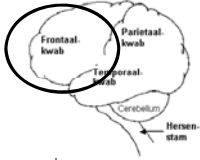
GROEI ♀ & ♂



Ontwikkeling van het brein: van binnen (diep) naar buiten, en van achteren naar voren: frontale cortex rijpt het laatst (Ill. Giedd)



Frontaalkwab:



Functie:

- Planning
- Organisatie
- Geweten
- Remming van impulsen

Ontwikkeling: fysiek, cognitief, moreel

- Fysiek (zelfvertrouwen en communicatie)
- Taal (communicatie, ordening, 'inner speech')
- Energieregulering (leren richten)
- Cognitief (denken), zelfcontrole
- Lange termijnperspectief (doel, zingeving)
- Morele ontwikkeling
 - 0-4 Macht; controle over omgeving
 - 5-10 Er zijn ook anderen... Deals sluiten, tikje opportunisme
 - 10-16 Wederkerigheid (peergroup!) Wankele ontdekking eigen kern
 - 16-21 Autonomie, verantwoordelijkheid, Regels, sociale orde
- Verstoring door individualisering, verwennen, media & markt

Al groeiend leren

- Al groeiend stemmen wij steeds beter af tussen prikkels van binnen en prikkels van buiten (= overleven)
- (Super) nieuwsgierig, nabootsen, zelf uitproberen
- Al doende ontwikkelen ons brein & lijf zich door zich af te stemmen op wat via de zintuigen binnenkomt & op signalen van het lichaam (*vóelen* komt *vóór begrijpen*)
- **Body-brain**... Informatie komt binnen via oren & ogen maar ook door eigen reacties van het lichaam (geen 'kopvoertjies' á la gruwelprenten van Jeroen Bosch)
- Doceren/instrueren raakt vooral het verbale en visuele brein, vraagt om vertaling in eigen gedrag en denken, waar véél meer aspecten bij het leven zijn betrokken (transferproblematiek, vooral bij $\sigma\sigma$)

Leren...? Meervoudige intelligentie; ieder heeft eigen top 3

1. *Lichamelijk, 'kinestetisch', beweging*
2. *Visueel-ruimtelijk*
3. *Leren van elkaar*
4. *Cognitief, verbaal, 'talig' (♀♀ al vroeg)*
5. *Logisch mathematisch ($\sigma\sigma$ iets sterker)*
6. *Muzikaal-ritmisch (vooral $\sigma\sigma$)*
7. *Natuurgericht*
8. *Reflectie op eigen handelen en aangeboden informatie ($\sigma\sigma$ & ♀♀ op eigen manier)*

AANLEG: XX of XY (zээр kort door de bocht)

- Groei: $\sigma\sigma$ onrustiger, onregelmatiger en duurt langer
- Hormonen: testosteron! (o.a. seksuele) energie
- Rijpingstempo $\sigma\sigma$ op sommige gebieden sneller (grote motoriek, visueel, verte, fantasie, experimenterend gedrag)
- Rijpingstempo $\sigma\sigma$ op andere gebieden wat trager (taal, empathie, remming, reflectie, langdurige concentratie, perspectiefname)
- Integratie onderdelen σ brein duurt langer (iets *meemaken*)
- Vooral frontale cortex (bovenste deel, voorkant):
 - ♀♀ eerder gerijpt/meer geïntegreerd
 - $\sigma\sigma$ nu gemiddeld wat later, meer afhankelijk van omgeving en *bewust bewerkte* ervaringen; *maar kan getraind worden*

Gewaarwording en verantwoordelijkheid

- Verschil gewaarwording en bewustzijn
 - Meer dan ogen en oren...
 - Gewaarwording van wat er in jezelf en in je omgeving omgaat, leer je emoties kennen en hanteren
 - Intuïtie vaak directer dan bewuste waarneming
 - Intuïtie kan zich wel verder ontwikkelen
- Jongeren willen meer verantwoordelijkheid! Maar waarover?
 - Vraagt van hen inzicht en perspectiefname
 - Hoe hen daarin te begeleiden?



'Onderwijs speelt zich af op de rand van weten en niet-weten, van kunnen en niet-kunnen.'

10 % onwetendheid, onzekerheid, incompetentie en verwarring maken deel uit van je leven.

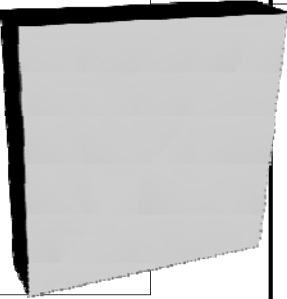
- Je bent in vorm
- Je profileert je met al je kwaliteiten en tekortkomingen
- Je weet wat je kan en niet kan
- Je weet wat je weet en niet weet
- En alles van je mag er bewust zijn
- Je bent direct, je maakt contact
- Met wat er buiten je en binnen je leeft
- Je durft je kwetsbaar op te stellen
- Je bent maximaal van waarde



Dia met toestemming overgenomen van John de Haas (APS, Inspiration Company)


Je bent cool, stoer en hard:

- Je wordt steeds meer robot
- Je wordt steeds meer harnas
- Je doet alsof je wat voorstelt
- Je maakt jezelf te groot
- Je moet jezelf bewijzen
- Je neemt teveel ruimte
- Je kunt hiervoor geen verantwoordelijkheid nemen
- Het wordt onveilig
- Je verliest contact met je eigen grenzen en die van anderen
- Eigenwaarde neemt af



Dia met toestemming overgenomen van John de Haas (APS, Inspiration Company)

Zelfbeeld (Wortels) en Perspectief (Vleugels)



Ideaalplaatje

Realiteit

Doen alsof je wat voorstelt
Jezelf te groot maken
Stoer doen
Bewijzen

Te veel ruimte
Geen verantwoordelijkheid
Onveiligheid

Bang zijn
Isolement
Vlucht
Games
Drugs

Dia met toestemming overgenomen van John de Haas (APS, Inspiration Company)

Ontwikkelingsopgaven voor jongens (1)

- Betere gewaarwording van zichzelf, om te beginnen vooral lichamelijk, eigen signalen, eigen (ook seksuele) energie leren kennen en hanteren.
- Stressreactie: rust (ademhaling) -> eerst denken dan doen (zie 'Rots & Water')
- *Gevoelde* emoties onder woorden leren brengen en zo reflectie op te roepen. Luisteren naar je hart. Wat wil ik eigenlijk echt zelf?
- Zelf acceptatie inclusief onzekerheid, onwetendheid, incompetentie en verwarring
- Je eigen energie leren beheeren (anticipatie, planning)
- Zingeving, betekenisgeving, 'what's in it for me....'

Ontwikkelingsopgaven ♂♂ (2)

- Wat past bij *mij*? Waar heb ik anderen voor nodig.
- Je eigen talenten en die van anderen ontdekken
- Verbinding maken met anderen (met hún kwaliteiten en incompetenties), niet altijd onafhankelijk zijn... (isoleert)
- Empathie ontwikkelen en leren inpassen
- Gefaseerd steeds meer die verantwoordelijkheid opnemen die bij je past.
- Reële trots gaat boven bluf
- **Graduele** ontwikkeling van de planning van eigen gedrag (aangepast aan het stadium waarin zij verkeren)

	<h2>Planning... Helpen steeds meer concrete doelen te stellen</h2>
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Zonder eigen (leer-)doelen blijven zij afhankelijk van uw waarnemingen en opmerkingen (zij willen zélf iets, maar wat?) ■ Wat wil je bereiken? Wat neem je nu de volgende minuten, uren, dagen, weken voor? ■ Hoe ga je dat aanpakken? ■ Wat heb je daarvoor nodig? ■ Wat is je eerste stap? ■ Hoe ging dat? Schaal van 1-10, en nog een keer... ■ Minimaal commentaar....! ("Hoe meer u spreekt, hoe minder zij leren" of "Wát zegt u?")

	<h2>Ontwikkelingsopgaven ♀♀</h2>
	<ul style="list-style-type: none"> ● Beter (ook lichamelijk) zelfbeeld (vgl. Body Dismorphic Disorder), gewaarwording ● Weerbaar tegen beïnvloeding. Assertiviteit, zelfverdediging ● Niet alleen praten, maar ook doen, fouten durven maken (en daarvan leren) ● Experimenteren, Positie durven innemen ("kan ik wél"), passende verantwoordelijkheid ● Luisteren naar je hart. Wat wil ik eigenlijk echt zélf? ● Wat kan ik zelf, wat past bij <i>mij</i>? Waar heb ik anderen bij nodig? Verbinding met anderen zonder zelf te 'verdwijnen' ● Meer technische oriëntatie ● Sociale & Verbale vaardigheden goed gebruiken / niet misbruiken ● Seksuele aantrekkingskracht kennen en leren hanteren ≠ misbruiken/manipuleren

	<h2>Ontwikkelingstaken/tips voor ouders en school</h2>
	<ul style="list-style-type: none"> ● Stimulerende omgeving voor ♀ én ♂ (beelden, ruimte) ● School: balans tussen opdracht en autonomie! ● Afstemming op leerstijlen en spanningsboog. ● ♀/♂ docenten leren over ♂/♀ stijlen ● Aansluiten op specifieke kwaliteiten ♀ én ♂ en dáárop voortbouwen: ruimte bieden aan wat ontwikkeld kan worden (Vygotski) ● Idealen een plek geven (reëel, maar contra cynisme en sarcasme; kinderen kijken naar volwassenen, testen ze uit). ● Leren van elkaar. 'Fouten maken' mag, hoort erbij. <i>Niet</i> leren van 'fouten' (verbergen, recht praten) hindert jezelf en anderen en remt de ontwikkeling van het onderwijs: intervisie. ● ♂♂: Niet teveel ,niet te weinig ruimte. Gradueel grotere eigen speelruimte. Niet teveel (talige) uitleg. Inspelen op trial & error; Niet teveel negatieve feedbackWees nieuwsgierig

	<h2>Tips (1)</h2>
	<ul style="list-style-type: none"> ● Aansturen op zelfacceptatie ("<i>Dit ben ik, het is goed dat ik er ben, en vandaaruit: ik kan nog veel leren!</i>") pas daarna op zelfvertrouwen (reëel, niet geacteerd) ● Voeg eerst in: "<i>Wat dóet die leerling?</i>" dán complimenten, of laat zien dat je snapt wat hij doet, dán pas <i>zonodig</i> bijsturen. ● Jongens <i>zoeken</i> correctie (trial & error, aftasten, uitproberen) ● Bij onbegrepen, storende correctie gaan ♂♂ óf gehoorzamen zonder te leren, óf wenden zich af: oost-indisch doof". In onveilige situaties - ook áfgaan e.d. - krijgt de stressreactie en beperken-van-de-afgang de overhand boven leren) ● Meer actief bevragen en minder negatieve feedback. Niet bestraffend maar nieuwsgierig: "<i>Wát wil je? Wat ben je daar aan het doen? Kan evt. ook anders, straks, etc.</i>" ● Afwisseling taal en beweging! ● ♂♂ aanvankelijk kortere taken, snellere feedback. Oppassen voor zelfoverschatting en 'zelf geproduceerde afgang'

	<h2>Tips (2)</h2>
	<ul style="list-style-type: none"> ● Bij meisjes oppassen voor 'luie gehoorzaamheid'. Soms gewoon hogere eisen stellen ● Vygotsky: zône van naaste ontwikkeling ● Waar nodig grenzen stellen mét uitleg, zónder afgang. Niet te snel (preventief) ingrijpen, laat situatie even ontwikkelen en geef dán commentaar waar hij/zij wat aan heeft. Van ingrijpen voordat hij/zij snapt dat iets niet goed gaat leert hij niets ● M.n. ♂♂: successen onder woorden laten brengen i.p.v. verbale verantwoording van wat niet goed gaat ("<i>Alles wat je zegt kan tegen je worden gebruikt</i>") ● In plaats van "<i>Ze moeten dat toch leren!</i>" meer: "<i>Wat neem ik hen uit handen - immers teveel gevraagd- en waar zijn ze nú aan toe?</i>" ● Succesvolle ♀ én ♂ voorbeelden" (in persoon, in beeld, in voorlezen, in spel)

	<h2>Boys & Girls Body, Brains & Balance</h2>
	<p>Bedankt voor uw aandacht, lees nog wat na in de hand-out. Bij citeren: gaarne bron vermelding of verwijzing naar site. Let wel: dit was een zeer schematisch verhaal, werkelijkheid veel complexer.</p> <p>Meer informatie, met name ook over socialisatie, psychosociale ontwikkeling, 33 praktische tips, boeken en meer adequate interventies www.laukwoltring.nl</p> <p>Verder ook: www.jongensinbalans.nl www.rotsenwater.nl (fysiek-mentaal-sociaal)</p>