



Foto: Jessica Podraza - Unsplash

Gezocht: Mega Mindy en Spiderman

Net voor ze de operatiezaal binnengaat, doet ze het: handen gebald, borst vooruit, een krachtdadige blik op haar gezicht. De superheldpose. Dokter Amelia Shephard uit *Grey's Anatomy* kan er wat van. Het is wetenschappelijk bewezen dat je door deze pose zelfzekerder wordt en beter presteert, zo beweert ze.

Ook op kinderen is het effect van een superheld niet mis: het helpt hen om focus te houden. Onderzoekers aan de universiteit van Minnesota gaven vier- tot zesjarige kinderen een saaie computeropdracht. Tijdens de opdracht moesten de kinderen zichzelf een vraag stellen. De ene groep moest zichzelf deze vraag stellen: 'Werk ik hard?' De andere groep moest de vraag in de derde persoon aan zichzelf stellen: 'Werkt (naam van het kind) hard?' De laatste groep mocht verkleed als superheld zichzelf de vraag stellen: 'Werkt Batman hard?' De derde groep, de superhelden, hielden de computertaak langer vol dan de rest. Als je dus gelooft dat je een superheld bent, is een saai computertaakje peanuts.

Zou zo'n superheldpose of spidermanpakje ook voor leerlingenbegeleiders nuttig kunnen zijn? Misschien wel ... want CLB'ers hebben eigenlijk alles in huis om een held te zijn. Alleen moet die held zijn krachten nog wat meer ontdekken en ontwikkelen, zo zegt de Vlaamse Scholierenkoepel. Ze geven in dit nummer op p. 6 tips voor CLB'ers om meer succes te hebben met hun superkrachten. Wie weet heb je na het lezen ervan die pose of dat pakje helemaal niet meer nodig.

Veel leesplezier!



Veerle Germeijs

Hoofdredacteur Caleidoscoop

