

Kenniscentrum Executieve Functies (KCEF)

Auteur: dr. Daphne Hijzen

Zijn Executieve Functies van jongens op het VO minder sterk ontwikkeld dan die van meisjes?

Jongens en meisjes verschillen – maar hoe zit dat met Executieve Functies?

Binnen het voortgezet onderwijs zien we al jaren verschillen tussen jongens en meisjes in schoolprestaties. Meisjes scoren gemiddeld hoger op taalvakken, hebben vaker hogere cijfers en stromen vaker door naar de bovenbouw van havo en vwo. Jongens daarentegen lopen vaker tegen motivatieproblemen, uitstelgedrag of concentratieproblemen aan. Maar waar komt dat verschil vandaan? En hoe speelt de ontwikkeling van Executieve Functies (EF) hierbij een rol?

Vanuit het Kenniscentrum Executieve Functies (KCEF) onderzoeken en begeleiden we scholen op dit snijvlak. In de praktijk – die we bij Onderwijscentrum Opnij jarenlang opbouwden – zien we dat jongens vaker moeite hebben met plannen, organiseren, taakinitiatie en volgehouden aandacht. Tegelijkertijd ervaren meisjes vaker spanning, perfectionisme en faalangst. Beide patronen zijn nauw verbonden met de ontwikkeling van EF.

Wat weten we uit onderzoek?

Neuropsychologisch onderzoek toont aan dat de **ontwikkeling van de prefrontale cortex** – waar de EF worden aangestuurd – niet bij jongens en meisjes in hetzelfde tempo verloopt (Crone, 2012; Jolles, 2017). Bij meisjes lijkt de ontwikkeling van EF gemiddeld iets eerder op gang te komen en sneller te stabiliseren. Jongens laten vaker een latere, maar soms steilere groei zien.

- **Meisjes** scoren gemiddeld hoger op EF als plannen, organiseren, taakinitiatie en emotieregulatie (Nelis & Van Sark, 2014).
- **Jongens** laten vaker achterstanden zien op deze EF, wat zich uit in uitstelgedrag, slordigheid en impulsiviteit (Lindberg et al., 2010).
- Tegelijkertijd zijn jongens vaak sterker in *risicobereidheid* en *creatief probleemoplossen* – ook vaardigheden die binnen EF een plek hebben.

Belangrijk: het gaat hier om gemiddelden en tendensen, geen absolute verschillen. Binnen elke groep bestaan grote individuele variaties.

De praktijk: wat zien we bij Opnij en KCEF?

Op scholen waar Onderwijscentrum Opnij jarenlang werkte met EF-ondersteuning, zagen we duidelijke patronen terug:

- **Bij jongens:** vaker problemen met plannen, overzicht houden en timemanagement. Zij wachten langer met starten en lopen daardoor vaker tegen negatieve resultaten aan. Wanneer deze opstapelen, kan dit leiden tot demotivatatie of zelfs afhaken.
- **Bij meisjes:** vaker moeite met emotieregulatie en perfectionisme. Hun EF zijn vaak sterker ontwikkeld, maar dat betekent niet dat ze automatisch minder kwetsbaar zijn. Overmatig gebruik van EF (altijd maar doorplannen, nooit stoppen, te hoge eisen stellen) kan leiden tot stress en faalangst.

In coachingstrajecten blijkt vaak dat jongens profiteren van **concrete, stapsgewijze ondersteuning bij plannen en taakinitiatie**, terwijl meisjes vaker baat hebben bij **training gericht op flexibiliteit, emotieregulatie en realistische doelen stellen**.

Kenniscentrum Executieve Functies (KCEF)

Auteur: dr. Daphne Hijzen

Een mentor uit een van onze samenwerkingsscholen zei treffend:

“Bij jongens moet ik vaak helpen om ze in beweging te krijgen, bij meisjes om ze juist te laten ontspannen.”

EF en kansengelijkheid

Deze verschillen raken ook aan het vraagstuk van kansengelijkheid. Jongens met zwak ontwikkelde EF lopen eerder het risico om onderschat of zelfs afgeschreven te worden, zeker als hun talenten niet direct zichtbaar zijn in cijfers. Bij meisjes kan faalangst of perfectionisme juist leiden tot een stille worsteling die minder snel wordt opgemerkt. Door systematisch aandacht te besteden aan EF in het onderwijs, kunnen we beide groepen beter ondersteunen – ieder op hun eigen manier.

Hoe KCEF scholen ondersteunt

KCEF is de landelijke vertakking van Onderwijscentrum Opnij en ontwikkelt samen met scholen EF-beleid dat aansluit bij de praktijk. Daarbij maken we EF onderdeel van het curriculum en de begeleiding.

- **Voor jongens** ligt de focus vaak op taakinitiatie, plannen, timemanagement en volgehouden aandacht.
- **Voor meisjes** op flexibiliteit, emotieregulatie en omgaan met perfectionisme.
- **Voor docenten en mentoren** bieden we handvatten om EF te herkennen en te versterken in de klas, met o.a. de methode *In topvorm met EF* en de EF-waaier.

Zo ontstaat er een duurzame aanpak, waarbij niet incidenteel “iets met EF” gedaan wordt, maar EF een rode draad vormen in het onderwijs en de begeleiding.

Conclusie

Zijn de EF van jongens minder sterk ontwikkeld dan die van meisjes? Het antwoord is: **soms wel, soms niet – en altijd afhankelijk van de context**. Meisjes ontwikkelen sommige EF gemiddeld eerder, maar kunnen doorschieten in perfectionisme. Jongens lopen vaker achter in plannen en organisatie, maar laten vaak later een inhaalslag zien.

Wat duidelijk is: door EF expliciet te maken in de klas, zowel bij jongens als meisjes, bieden we leerlingen gelijke kansen om hun talenten tot bloei te laten komen.

Bronnen

- Crone, E. (2012). *Het sociale brein van de puber*. Amsterdam: Bert Bakker.
- Jolles, J. (2017). *Het tienerbrein. Over de adolescentie tussen biologie en omgeving*. Amsterdam University Press.
- Lindberg, S. M., Hyde, J. S., Petersen, J. L., & Linn, M. C. (2010). New trends in gender and mathematics performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 136(6), 1123–1135.
- Nelis, H., & Van Sark, Y. (2014). *Het puberbrein binnenstebuiten. Wat beweegt jongeren van 10 tot 25 jaar?* Spectrum.
- Onderwijscentrum Opnij (2019). *EF in de praktijk – methodiek en materialen*.
- Verstraete, I., & Nijman, K. (2016). *Handboek leren leren voor het Voortgezet Onderwijs*. Huizen: Uitgeverij Pica.