

Zelf je handschrift verbeteren?
Waarom zou je!



Platform Handschriftontwikkeling
Website: www.handschriftontwikkeling.nl
E-mail: platformhso@home.nl

Vereniging voor Leraren Schoonschrijven en Machineschrijven
Website: www.schrijvenvls.nl
E-mail: m.m.natzijl@driestar.educatief.nl

Marant – adviseurs en leren & ontwikkeling
Website: www.marant.nl, spreekuren
E-mail: s.versloot@marant.nl

Orde van Nederlandse Grafologen
Website: www.grafologie.net
E-mail: antoinettevandenbergh@planet.nl

Uitgave
Platform Handschriftontwikkeling
Nieuwleusen/Zevenaar, april 2009
Aartje Schoemaker & Dick Schermer
Contactadres: platformhso@home.nl

Zelf je handschrift verbeteren?

Waarom zou je!



WEET JE WEL DAT SLECHT HANDSCHRIFT ONZE SAMENLEVING HONDERD MILJOEN PER JAAR
KOST AAN FOUTE BEDRAGEN, BESTELLINGEN, REKENINGEN, RECEPTEN?

Uit: Naar beter handschrift, Ben Engelhart e.a.

Schrijven is toch niet meer van deze tijd?

Zo kan je erover denken. Maar wij zien dat wat anders. Mogen we je wat tegengas geven? Laten we samen eens een gewone schooldag doorlopen – huiswerk in je agenda noteren, aantekeningen tijdens de les, spiekbriefje, spreekbeurt, proefwerk, huiswerk ... nogal wat schrijfwerk, toch? Wist je trouwens dat je al schrijvend je hersens traint? We laten maar even weg, dat ook volwassenen geregeld van een pen gebruikmaken en vooral ... dat hun slordige handschrift onze samenleving onnodig veel geld kost!

1. Ouders, docenten en volwassenen vragen

We hebben al heel wat vragen over het schrijven ontvangen.

Vooral ouders en docenten stelden vragen over slecht leesbaar schrift van kinderen.

Maar ook van volwassenen, die ontevreden zijn over hun handschrift.

Dat heeft ons aan het denken gezet ... en daarom is deze praktische brochure er nu.

Brugklasser Biko heeft de tekst voor jou een stuk begrijpelijker gemaakt.

2. Spreekende voorbeelden

Er zijn heel wat redenen waarom een handschrift moeilijk te lezen is.

En dan hoeft je niet eens te denken aan onbekende woorden, lange en moeilijke zinnen.

Hieronder geven we een aantal voorbeelden.

Boven elk voorbeeld staat wat het lezen zo lastig maakt.

Valt jou dat ook op?

1. De letters staan alle kanten op

Handwritten text in cursive script, where the letters are slanted in various directions, making it difficult to read. The text reads: "en sluiten van keukenkastjes, bleken ze zich in het kostje links onder de gootsteen te bewegen".

2. De letters/woorden staan te dicht op elkaar

Handwritten text in cursive script, where the letters and words are written very close together, making it difficult to distinguish individual characters and words. The text reads: "Zei hij nu maar eens dat hij trots op haar was. Dat was het goed wat ze gedaan had. Wat zou ze dan gelukkig zijn! Haar vader bij met haar. Waarom was dat voor haar zo belangrijk? Ze wist het niet. Misschien omdat ze het gevoel had dat hij niet veel in haar zag. Dat ze hem niet interesseerde. Nooit eens een woord van waardering. Nooit eens een complimentje over haar uiterlijk of over haar rapport als hij het rype tevens".

Wat de vorm betreft:

Heb je elke letter leesbaar geschreven?

Heb je de letters duidelijk afgemaakt aan het eind van ieder woord?

Zijn de a, o, d en g bovenaan het rondje gesloten?

Heb je punten op de i, j en ij en achter de zin geplaatst?

Hoe vaker je 'ja' kunt antwoorden, des te leesbaarder je hebt geschreven!

10. Enige literatuur voor zelfstudie

- Beter handschrift, Praktische aanpak, Morika Hornman-Lodérus, uitgeverij Garant/Apel-doorn, 2004, ISBN 90-441-1460-3 (via Bol.com € 16,-)
- Pak je pen, Handschriftontwikkeling in de praktijk, Portfolio, Else Kooijman e.a., uitgeverij Esstede/ Heeswijk-Dinther, 2006, ISBN 9075142595 (zie www.pakjepen.nl) (prijs € 18,50)
- Schrijven vanuit grafomotorisch perspectief, Alger van Hagen e.a., uitgeverij Cantal, 2008, ISBN 978 90 75142 79 2 (zie www.schrijven.nl) (prijs € 23,-)
- Every Child Can Write Cursive, Vincent Douglas, Schaffer Publications, U.S.A. 2003 (via Bol.com € 8,99, incl. verzending € 10,94)

11. Adressen voor vragen of begeleiding

Zoals er vroeger 'schrijfmeesters' waren, zijn er tegenwoordig schrijfdeskundigen.

Zij worden ook wel schrijfpedagoog, schrijftherapeut, schrijfdocent of schrijfexpert genoemd.

Met hun expertise kunnen zij kinderen en volwassenen op verantwoorde wijze begeleiden.

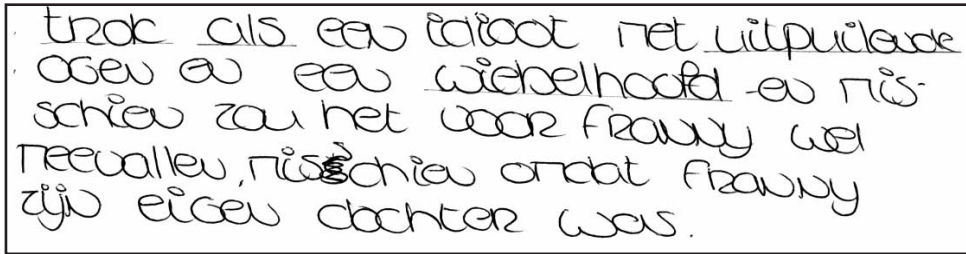
Wie meer resultaat verwacht van persoonlijke begeleiding kan terecht bij:

Instituut Stichting Haenen van der Hout, Schrijfpedagogische hulp

Website: www.schrijfpedagogischehulp.nl

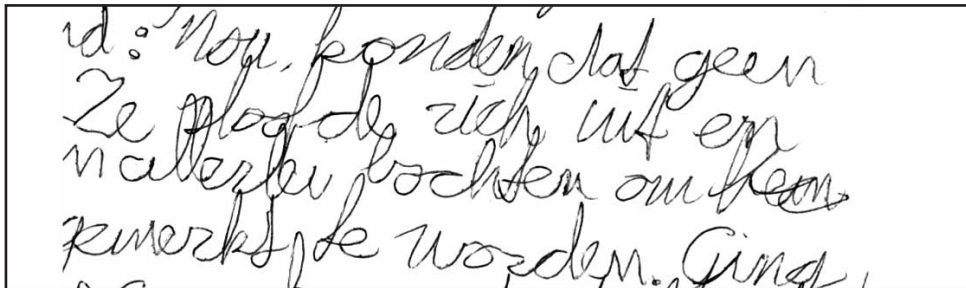
E-mail: mharends@hetnet.nl

7. Hoofdletters en kleine letters wisselen elkaar teveel af



trok als een raabot met uitpuilende
ogen en een wiebelhoofd - en rüs-
schieu zou het voor Franzky wel
reewallen, rüs schieu omdat Franzky
zijn eigen dochter was.

8. Er is te weinig ruimte tussen de regels



id: Nou, konden dat geen
Ze plaatste zich uit en
nalenke bochten om hem
kwerkje de worden. Gind,

3. Waarom zou je je handschrift verbeteren?:

Word jij echt enthousiast als je iets moet doen waar je geen zin in hebt?

Wil je écht je handschrift veranderen?

Dan moet je het zelf wel belangrijk vinden, het nut en plezier ervan inzien. Zo lang je dat voor jezelf niet duidelijk hebt, wordt het moeilijk. Of je zoekt contact met iemand die er meer vanaf weet. Daarom staat er aan het einde een lijstje met adressen.

4. Zelf op zoektocht gaan

Het gaat erom kritisch naar je handschrift te kijken. In paragraaf 2 gaven we acht voorbeelden van slecht leesbaar schrift. Heb je daarin overeenkomsten gezien met je eigen schrift?

Om welk punt of welke punten gaat het bij jou? Of is er in jouw schrift iets anders dat het lezen lastig maakt? Misschien kan paragraaf 10 of 11 je hierbij verder helpen.

Neem anders gerust contact met ons op. Daar leren wij ook weer van of kunnen anderen

een paar keer, op een andere letter van dat alfabet.

c. Brengt dit je op een eigen, beter idee?

Verbeterpunt 7: Hoofdletters en kleine letters wisselen elkaar teveel af

Tips:

a. Let er bij het schrijven extra op dat je steeds met kleine letters schrijft; gebruik hoofdletters alléén waar ze echt horen.

b. Zoek eens een schrift van je op, toen je in groep 7 of 8 zat. Hoe deed je dat toen met de hoofdletters en de kleine letters?

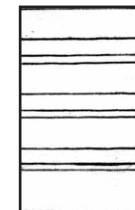
c. Brengt dit je op een eigen, beter idee?

Verbeterpunt 8: Te weinig ruimte tussen regels

Tips:

a. Let er bij het schrijven extra op dat de letters van de ene regel niet in aanvaring komen met die van de regel eronder.

b. Leg onder het schrijfvel een 'regelaar', trek boven en onder elke regel een dubbel lijntje; je schrijft op de enkele lijn en zo blijft er wat meer ruimte tussen de regels. Bijvoorbeeld:

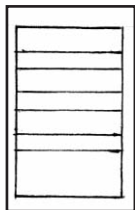


c. Brengt dit je op een eigen, beter idee?

Verbeterpunt 3: Letters verschillen teveel in grootte

Tips:

- Let er bij het schrijven extra op dat de rompleetters (a,c,e,i,o,u,m,n,v,w etc.), en de rondjes van b,d,g,h,p en q (deel in de middenzone) even hoog zijn.
- Leg onder het schrijfvel een 'regelaar', met twee lijnen per regel (één voor onderkant en één voor bovenkant van de rompleetters, op ongeveer 3 mm van elkaar). Bijvoorbeeld:



- Brengt dit je op een eigen, beter idee?

Verbeterpunt 4: Letters zijn te klein

Tips:

- Let er bij het schrijven extra op dat de rompleetters groter en even hoog zijn; probeer ze eens flink groot, daarna heel klein te schrijven – welke grootte ligt je het beste?
- Leg onder het schrijfvel een 'regelaar', met twee lijnen per regel, die verder van elkaar staan dan bij je te kleine schrift. Pas de 'regelaar' van verbeterpunt 3 eventueel aan!
- Brengt dit je op een eigen, beter idee?

Verbeterpunt 5: Letters zijn te groot

Tips:

- Let er bij het schrijven extra op dat de rompleetters kleiner en even hoog zijn.
- Leg onder het schrijfvel een 'regelaar', met per regel twee lijnen, die dicht bij elkaar staan dan bij je te grote schrift. Pas de 'regelaar' van verbeterpunt 3 eventueel aan!
- Brengt dit je op een eigen, beter idee?

Verbeterpunt 6: Letters zijn verwaarloosd

Tips:

- Let er bij het schrijven extra op dat de rompleetters volledig worden geschreven; zorg dat er geen halen door de a, d, g, o lopen, ga daar over de lijn terug of boven langs.
- Zoek een mooi schrijffabelt (van je 'oude' school misschien?) en oefen elke keer, of na

ermee verder helpen.

Kortom, er zijn twee dingen die je heel duidelijk moet weten:

- *Waarom* wil ik m'n handschrift verbeteren?
- *Welke punten* wil ik in m'n handschrift verbeteren?

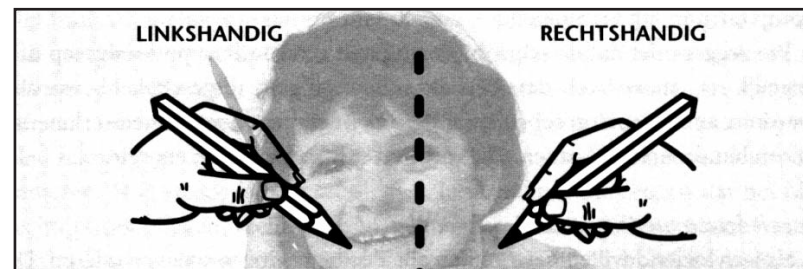
5. Voordat je echt aan het schrijfwerk gaat

Je handschrift veranderen is niet niks! Jarenlang heb je erover gedaan om het vlot te leren schrijven. En nu ga je eraan werken om het te verbeteren – mooier, leesbaarder, sneller.

Dan moet je wel eerst in prima 'schrijfconditie' zijn!

Heb je een pen die goed doorschrijft en lekker in de hand ligt?

Houd je hem ontspannen vast tussen de laatste kootjes van je duim, wijs- en middelvinger? Tussen duim en middelvinger, met de wijsvinger er bovenop? Dat noemen we de functionele of driepuntsgreep.

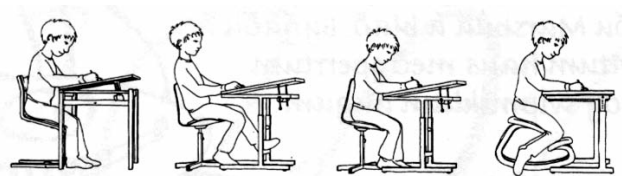


Mijn kind leert schrijven, Marc Litière

Is je pols (als linkshandige) niet in een hoek gedraaid en ligt je onderarm op tafel?

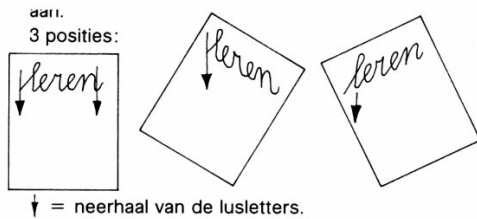
Zit je, voeten op de grond, niet tegen de tafelrand, hoofd niet te dicht bij het papier?

Liefst zo:



Handwriting of the twentieth century, Dr. Rosemary Sassoon

Ligt je schrijfvel met de rechter bovenkant schuin omhoog als je rechts bent? (rechtse vel)
 Of met de linker bovenkant schuin omhoog als je links bent? (middelste) Of schrijf je
 rechtop? (linkse vel) Dus zo:



Uit: *Kriebels, krabbels en hanepoten, C.G. Haenen-van der Hout*

Gebruik je je andere hand om het blad op z'n plaats te houden en af en toe op te schuiven? Valt het dag- of 'lamplicht' zo, dat je jezelf niet in het licht zit?
 Dan kun je nu, aan de hand van een degelijke manier, echt van start gaan.

6. Een degelijke manier om beter te leren schrijven

Als je echt succes wilt boeken, dan moet je niet "te hooi en te gras" aan het werk gaan.
 Door deze volgorde en regels aan te houden zul je resultaat zien:

- schrijf liefst dagelijks, anders om de dag, hooguit vijftien minuten; bedenk "Niet het vele is goed, maar het goede is veel!";
- begin steeds met een ontspanningsoefening; maak bijv. met potlood of pen op papier een liggende of 'luie' acht en blijf de doorgaande beweging met je ogen volgen; of klim met je vingers een paar keer in de pen omhoog en weer omlaag; of tik met je duim om beurten tegen elke andere vinger; probeer dat ook met twee handen tegelijk; doe alsof je pianospeelt;
- schrijf een zelf gevonden regel eerst langzaam, daarna iets sneller over (wat merk je?);
- schrijf dezelfde regel eerst met minder pendruk dan je gewend bent, dan met meer druk (wat merk je?);
- schrijf dezelfde regel eerst groter dan je gewend bent, dan kleiner (wat merk je?);
- oefen nu hooguit drie andere regels op één 'verbeterpunt' (zie par. 2 en 5);
- oefen net zolang op een verbeterpunt (misschien wel een maand) tot je echt tevreden bent;
- vraag je tenslotte af: waar ben ik tevreden over? waar moet ik de volgende keer goed op letten?

7. En nu wil ik eindelijk wel 'ns aan de slag!

Hierna geven we voor elk voorbeeld enkele tips. Ze zijn alleen als uitnodiging bedoeld: hoe wil ik aan een verbeterpunt werken? Het kan best zijn dat de tips je op een eigen idee brengen – wil je ons dat laten weten? Dat zal je nog meer aanmoedigen je schrift te verbeteren!

Verbeterpunt 1: Letters staan alle kanten op

Tips:

- Leg het schrijfvel zo, dat je de neerhalen van de letters naar je toe, recht naar beneden trekt.
- Leg onder het schrijfvel een blad met lijnen die evenwijdig lopen aan de gewenste richting (dus rechtop of rechtshellend; linkshellend schrift is lastiger te lezen!). Voor rechtshelling:

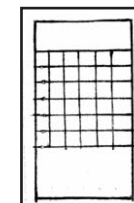


- Brengt dit je op een eigen, beter idee?

Verbeterpunt 2: Letters/woorden staan te dicht op elkaar

Tips:

- Laat tussen elke letter binnen een woord wat ruimte (bij blokschrift), of schrijf na elke letter een korte ophaal naar de volgende letter (bij verbonden schrift); probeer ze eens flink ver uit te rekken! Laat tussen woorden de breedte van jouw letter 'm'.
- Leg onder het schrijfvel een blad met ruitjes of staande rechthoekjes, schrijf elke letter in een ander hokje; sla tussen woorden minstens één hokje over. Bijvoorbeeld:



- Brengt dit je op een eigen, beter idee?