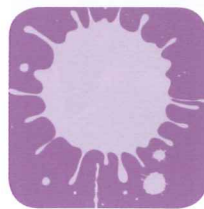


Voor het eerst naar school

Raphaëla Carrière



Veel ouders maken zich zorgen als hun kind voor het eerst naar (een nieuwe) school gaat. Hoe zal hun kind het doen? Zal de leerkracht het wel begrijpen? Gaat het vriendjes maken? Hun kind is misschien extra gevoelig, wat verlegen of erg wild. Hoe zal dat gaan in een klas vol andere kinderen? De zorgen beperken zich niet tot de eerste schooldag, maar beginnen weken tot maanden daarvoor en gaan door totdat het kind gewend is.

Een kind voelt dit zelf niet anders. De overgang naar school wordt gekenmerkt door verandering. Hij of zij krijgt te maken met een nieuwe omgeving, nieuwe kinderen en volwassenen, nieuwe regels en er worden nieuwe verwachtingen gesteld. Voor kinderen die niet eerder buitenshuis zijn opgevangen betekent school ook dat zij voor het eerst structureel niet in de veiligheid van hun thuis zijn. Vaak veranderen ook oppasregelingen en zelfs hoe ouders zich opstellen ten opzichte van hun kinderen. De vragen en zorgen komen ook allemaal op in het hoofd van het kind. De één stelt veel vragen, de ander benoemt het niet maar uit zijn zorgen, onzekerheden of angsten in de vorm van 'ander' gedrag. Kinderen kunnen rustiger of juist drukker worden, meer praterig of stiller worden, vaker ruzie zoeken, slechter slapen of weer in bed plassen. Voor ieder kind is het anders, maar over één ding kunnen de meeste ouders het wel eens zijn: het is een stressvolle en onzekere periode in het leven van hun kind!

Acht factoren die gewenning beïnvloeden

In de wetenschap wordt de overgang naar school vaak geschetst als stressvol voor kinderen (zie Carrière, 2009). Kort samengevat kunnen acht factoren die een rol spelen in het wennen, worden aangewezen.

De voorspelbaarheid van de omgeving. Hoeveel dingen veranderen er in het leven van het kind en hoe groot zijn die veranderingen? Voor het kind betekent dit dat het al dan niet een accurate inschatting kan maken van wat hem of haar staat te gebeuren. Hoe meer voorspelbaar, hoe minder stress.

De relaties met personen in het netwerk van het kind. Is de relatie met de ouders open en ondersteunend dan

zal die mogelijk als een buffer fungeren in stressvolle tijden. Ook de relatie met de nieuwe leerkracht zal een belangrijke rol spelen in het gemak van het wennen. Tevens kunnen aanwezige vriendjes of snel gemaakte vriendschappen een kind helpen om te wennen.

Biologische grondslagen. De hormonale regulatie van een kind kan ook een rol spelen in hoe (snel) hij went. Bijvoorbeeld de hoeveelheid stresshormoon dat aangemaakt wordt. Voor ieder kind is dat anders. Motorische vaardigheden of lichaamshouding kunnen eveneens een rol spelen; te denken valt bijvoorbeeld aan lichamelijke beperkingen. Wanneer een kind iets niet of juist heel goed kan, krijgt hij daarmee een bepaalde onuitgesproken positie in de groep.

Temperament van het kind. Dit betekent een natuurlijke neiging voor bepaalde soorten gedragingen. Die zijn al van jongs af aan duidelijk en zijn redelijk stabiel in de tijd en over verschillende situaties. Dat temperament, zoals verlegenheid of extraversie, bepaalt hoe een kind reageert op bepaalde situaties.

De ervaringen die een kind tot dan toe al heeft gehad.

Een kind dat op een crèche of speelzaal heeft gezeten zal mogelijk een betere inschatting kunnen maken van hoe het er op school aan toe kan gaan. Daardoor kunnen ze mogelijk sneller wennen in vergelijking met kinderen die niet eerder buitenshuis zijn opgevangen. De waardering van zijn ervaringen zal zijn gewenning ook beïnvloeden. Een kind dat de crèche of speelzaal niet leuk vond, zal niet snel uitkijken naar school.

Cognitieve factoren spelen ook een rol in de gewenning. Het kind dat snel snapt hoe het er op school aan toe gaat (regels, gewoontes, procedures), kan zich sneller zeker voelen, maar kan daardoor ook meer beren op



Fotografie Hanneke Verkleij

Soms kan een kind maar met moeite afscheid nemen op het schoolplein

de weg zien. Een cognitief minder sterk kind kan daardoor vertraagd worden in het gewenningsproces.

Emotionele factoren, zoals het beleven van ondersteuning en troost of al dan niet gemotiveerd zijn om naar school te gaan, beïnvloeden ook hoe een kind went. Graag met een bepaald spelletje willen spelen of de verhaaltjes van juf willen horen kan sommige kinderen motiveren om elke dag naar school te gaan. Daar staat tegenover dat verveling (wanneer persoonlijke interesses niet angesproken worden), eenzaamheid (geen aansluiting vinden) en angst (bijvoorbeeld voor een pestkop of de boze stem van de leerkracht) een kind behoorlijk kunnen demotiveren.

Eigen gedrag van het kind. Sociaal gedrag zal eerder beloond worden door positieve reacties en dat zal prettig voelen. 'Wenselijk' gedrag van het kind zal bekrachtigd en gestimuleerd worden waardoor het de interacties als prettig zal ervaren, hetgeen weer motiverend kan werken. Wanneer een kind gedrag vertoont dat negatieve reacties ontlokt (zoals overal doorheen praten, niet op je beurt wachten of niet stilzitten), zal zijn schoolbeleving eerder negatief beleefd worden.

Kwetsbaarheid

Op het eerste gezicht zou men kunnen denken dat deze acht factoren elkaar uit kunnen middelen. Dan zou je zeggen dat het kind het naar alle waarschijnlijkheid goed zal doen als de meeste factoren positief gestemd zijn. Dit lijkt een voor de hand liggende conclusie en zal ten dele ook op gaan. Maar dat is de valkuil! Door aan te nemen dat als de meeste factoren positief zijn het kind ook 'ongeschonden' door de overgang heen zal komen, gaat men voorbij aan de kwetsbaarheid van

het kind. In deze overgangperiode is, als gevolg van alle veranderingen, het algemene gevoel van veiligheid en zekerheid niet stabiel. Dus ondanks vele positieve factoren kunnen op het oog kleine gebeurtenis enorme gevolgen hebben. Vijf minuten te laat komen bij het ophalen kan er niet alleen voor zorgen dat het kind op dat moment van slag raakt, maar ook dat het de volgende ochtend niet naar school wil of moeite krijgt met afscheid nemen. Hetzelfde geldt voor een reprimande aan een (ander) kind door de leerkracht of een vervelende opmerking van een klasgenootje. Kleine gebeurtenissen kunnen in de beleving worden uitvergroot en daarbij het gewenningsproces verstoren. Hierop moeten ouders en leerkracht bedacht zijn.

Kinderen die zich onveilig of onzeker voelen, kunnen daardoor afgeleid worden van veel schoolse zaken. Zij zijn niet in staat hun volledige aandacht en energie te besteden aan de activiteiten, omdat voor hen belangrijkere zaken – hun gevoel van veiligheid – eerst aandacht behoeven. Een kind dat piekert over wie met hem zal spelen, hoort de instructie van de leerkracht niet. Daardoor weet het niet wat het moet doen, gaat zich nog onzekerder voelen en is weer afgeleid door onzekerheid. Zo kan een kind in een negatieve spiraal terecht komen. In deze kwetsbare periode wordt meer energie besteedt aan het eigen gevoel van veiligheid en is dus minder ruimte om je op daarvoor niet relevante zaken te richten.

Gedoemd om te mislukken?

Als kleine gebeurtenissen grote gevolgen kunnen hebben, kunnen ouders en leerkrachten denken dat er niets aan te doen valt. Het is tenslotte onmogelijk om kinde-



Fotografie Hanneke Verkleij

Als een van de ouders erbij is, voelt de nieuwe schoolomgeving een stuk veiliger

ren voor alle kleine dingen te behoeden. Integendeel! Goede signalering en passende ondersteuning kunnen het verschil betekenen tussen een kind dat de overgang als steeds vervelender gaat ervaren en één dat gedijt op school. Kinderen die gebeurtenissen als onaangenaam beleven en daar geen goede erkenning en ondersteuning voor krijgen zullen die situaties gaan mijden. Daarmee kunnen ze ook uitdagingen uit de weg gaan, in het algemeen angstiger worden en daardoor afgeleid worden van schoolse zaken en het leren. Wanneer op het emotionele vlak zaken niet op orde zijn, zal op het cognitieve vlak minder energie over blijven. Uiteindelijk kan dit een neerwaartse spiraal in gang zetten, waardoor het kind niet optimaal zal functioneren en zich ontwikkelen. Daar staat tegenover dat kinderen bij wie gesignaleerd wordt dat zij niet lekker in hun vel zitten maar daarvoor wel de nodige ondersteuning krijgen, zullen leren dat verandering niet vervelend hoeft te zijn. Zij zullen ervaren dat tegenslagen kunnen worden opgevangen door mensen in hun netwerk. Sterker nog, zij zullen leren zelf troost te zoeken dan wel zichzelf te troosten. Op den duur zullen zij niet meer opkijken van kleine verstoringen omdat die nou eenmaal horen bij verandering. Belangrijker is nog dat kinderen de verandering als positief gaan ervaren en niet schuwen: ze zullen het zien als een uitdaging waarbij ze zich kunnen ontwikkelen. Dit proces dient de ruimte te krijgen om zich te ontvouwen.

Weerbaarheid

Kinderen zijn weerbaar. Die weerbaarheid houdt in dat zij 'geprogrammeerd' zijn om 'terug te veren' bij tegenslag. Als men het gevoel van veiligheid en zekerheid bekijkt tijdens de overgangperiode, zal men zien dat dat instabiel is. Dit wil niet zeggen dat kinderen zich

gedurende de hele periode nooit veilig voelen. Wel kunnen ze gemakkelijk omslaan in hun gevoel. Een kind dat 's ochtends vrolijk vertelt over de klas en enthousiast naar school gaat kan ineens bij school aangekomen toch afhankelijk worden en geen afscheid willen nemen. Hoe ze dit uit is individueel bepaald, maar de weerbaarheid is in essentie de natuurlijke drang om stabiliteit in het gevoel van veiligheid terug te krijgen. Dankzij dit natuurlijk proces zal het kind uiteindelijk weer een stabiele beleving van dat gevoel krijgen. Daarmee is nog niet gezegd dat het veiligheidsgevoel stabiliseert op hetzelfde niveau als voorheen. Geconfronteerd met veel negatieve ervaringen of één met grote impact, zal een kind leren dat de nieuwe omgeving niet een geheel veilige is en berusten in dit gegeven. Eenmaal weer stabiel, de kwetsbare periode voorbij, kan een kind niet gemakkelijk dit beeld bijstellen. Dat betekent dat het kind zich continu een beetje onzeker/onveilig zal voelen.

De kwetsbare periode voorbij?

Hoe weet je of een kind gewend is? Waar moeten ouders en leerkrachten op letten en hoe weet je wanneer je kind minder kwetsbaar is? Het is onrealistisch om te denken dat de leerkracht dat kan weten. Niet omdat de leerkracht niet capabel is maar omdat op basis van theorie en/of jarenlange ervaring met andere kinderen ze nooit kunnen weten hoe een individueel kind reageert bij onveiligheidsgevoelens. Is 'stiller zijn' nu een teken van stress of van ontspanning? De leerkracht kan hooguit vergelijken met een norm of een gemiddelde, maar gaat dan voorbij aan de grote verschillen tussen kinderen, hun uniciteit. Het antwoord op de vraag hoe je weet wanneer de kwetsbare periode voorbij is, ligt bij

het kind zelf. Goed kijken en luisteren naar het kind! Om veranderingen in stemming en gedragingen van het kind te kunnen begrijpen, zal een vergelijking moeten worden gemaakt met andere situaties in het verleden. In de eerste maanden kan de leerkracht dat niet alleen doen en is afhankelijk van regelmatig overleg met ouders om te weten hoe het met het kind gaat. Ze zullen voor elk kind te weten moeten komen welke factoren zwaar wegen in hun leven, wat voor gedrag een uiting van stress is en ook hoe dat

Een overbruggingsperiode helpt tegen het wankele gevoel van veiligheid

kind het beste ondersteund kan worden. Een goede leerkracht kenmerkt zich dan ook door zeer open lijnen te hanteren naar de ouders toe. Om zoveel mogelijk te weten te komen over wie dit kind is, wat het beweegt, waar het bang voor is en hoe het reageert op stress, onzekerheid en angst.

De kwetsbare periode heeft ook een positieve kant. Wanneer kleine gebeurtenissen grote gevolgen kunnen hebben, dan kunnen ook negatieve trajecten potentieel omgedraaid worden. Een kind dat thuis niet veel warmte krijgt, weinig wordt ondersteund en externaliserend gedrag vertoont, kan zich erg goed ontwikkelen op school als het een zeer positieve beleving wordt. Er zijn veel voorbeelden van volwassenen die succesvol zijn geworden ondanks ongunstige omstandigheden in hun jeugd. Dit is de extreme uiting van weerbaarheid. De overgangperiode is bij uitstek een goede periode om interventies in negatieve trajecten toe te passen.

Ondersteunen tijdens de overgang

Alle veranderingen tijdens de overgang raken het gevoel van veiligheid hetgeen kwetsbaar maakt. Het betekent dat alle ondersteunende activiteiten erop gericht moeten zijn om dat gevoel zoveel mogelijk intact te laten en waar nodig het zo goed mogelijk te herstellen. Wanneer een kind aangeeft bang te zijn, wuif dit dan niet weg maar ga erop in. Vraag naar de angsten en bespreek gezamenlijk manieren om er mee om te gaan. Het kan heel goed zijn dat kinderen zelf oplossingen hebben voor de problemen die zij ervaren. Als een kind erg van slag is omdat het te laat wordt opgehaald, erken dit gevoel en maak afspraken voor de toekomst. Wanneer de boze stem van de leerkracht het gevoel van veiligheid doet wankelen: neem de tijd om dit te bespreken. Het gaat om erkenning maar richt je ook op oplossingen voor de toekomst. Troosten en extra aandacht toespitsen op de behoefte van het kind betekent dat je er goed naar moet luisteren. Het kind moet

centraal staan en betrokkenen dienen zich zorgvuldig aan de gemaakte afspraken houden. Een goede oplossing voor het wankele gevoel van veiligheid tijdens de overgang is om een overbruggingsperiode in te bouwen. Dit houdt in dat het kind de nieuwe, onzekere omgeving van school betreedt in de veiligheid van één van zijn ouders. Bied ouders de kans bij het kind in de klas te blijven. Hiermee leert het kind de nieuwe omgeving, nieuwe mensen en nieuwe regels al kennen, terwijl het

de veiligheid van zijn ouders dichtbij heeft. Hiermee sla je een brug tussen het oude vertrouwde en het onzekere onbekende. Bespreek met elkaar wat de mogelijkheden zijn. Afhankelijk van hoe het kind zich na verloop van tijd voelt trekt de ouder zich terug of blijft wat langer en komt nog wat vaker. Het kind zelf is dus de toetssteen voor de frequentie en duur van de aanwezigheid van de ouder. Er moet genoeg tijd zijn om de omgeving te leren kennen, mogelijk ook een paar vriendjes te maken en de leerkracht te gaan vertrouwen. Niet alleen is het voor het kind een prettige manier om de verandering tegemoet te treden, ook zal het sneller de routines en regels leren. Kinderen zullen dan ontspannener in de klas zitten en gemakkelijker leren.

Voor ouders kan dit ook prettig zijn. Zij kunnen zo ook meer vertrouwen krijgen in de leerkracht, hun kind helpen om vriendjes te maken en zien hoe het met hun kind gaat op school. Bovendien kunnen ouders zo ook de leerkracht helpen in de klas. Voorlezen, opruimen, kinderen begeleiden, het is maar net hoe ouders en leerkrachten de zaken onderling afspreken. Uiteindelijk zal dit een positieve werking hebben op het kind, dat ziet dat ouders belangrijk en betrokken zijn. Tot slot kan de aanwezigheid van de ouder in de klas de relatie tussen het kind en de leerkracht positief beïnvloeden, hetgeen onontbeerlijk is om het kind 'snel' en goed te leren kennen.

Voor meer informatie:
info@optimallearning.nl

Literatuur

- Carrière, R.M. (2009). *The Transition to Early Education. A dynamic theoretical framework*. Nijmegen: Wolf Publishers. Proefschrift.