

# Hoe belangrijk is tijd?

Raphaëla Carrière



*Kinderen zijn weerbaar. Ze zijn voorgeprogrammeerd om zich aan te passen en te wennen aan nieuwe situaties. Bij de overgang naar school kan men geneigd zijn te denken dat zij gewoon tijd nodig hebben en dat zodra ze gewend zijn ze zich weer normaal zullen gedragen. Tijd is zeker cruciaal in hun gewenning en zelfs onlosmakelijk verbonden met hun overgang.*

Een overgang kenmerkt zich door een omslag. Wat er verandert is echter afhankelijk van de tijdschaal waar naar je kijkt. In de momentopnames veranderen meerdere dingen tegelijkertijd. Kinderen nemen afscheid van hun ouders, gaan om met nieuwe kinderen en worden verteld wat ze wel of niet mogen doen. Deze gebeurtenissen vormen een *trigger* voor reacties op dat moment. Niet alleen de zichtbare reactie speelt mee. Als een kind bijvoorbeeld schrikt van een boze stem kunnen stresshormonen toenemen wat mede bepaalt hoe een kind zich zal gedragen. Ook kan de mate van stresshormoon bepalen op welke stimuli een kind wel en niet reageert. Bij hoge stress is het onwaarschijnlijk dat een kind de tekst van een lied zal leren. Wel zal het veel aandacht hebben voor boze personen en vooral letten op wat mogelijke triggers voor de boosheid zijn.

Op de middellange termijn verandert er ook een en ander; de relaties die kinderen al hebben kunnen bijvoorbeeld kwalitatief anders worden. Ouders verwachten meer zelfstandigheid. De leerkracht verwacht meer zelfregulatie en concentratie dan de peuterleidster deed. Vriendjes kunnen anders doen en ook gewoontes, zoals het ochtendritueel, kunnen veranderen.

Een overgangperiode kan niet los worden gezien van de tijd; het begin en einde zijn niet voorgeschreven. Hoeveel weken voor de eerste schooldag het begint en hoe lang het doorgaat, staat niet vast. Ieder kind is immers anders. Hoe bepaal je dan wanneer een kind aan die overgang is begonnen en wanneer die voorbij is? En waarom is het belangrijk dat in de gaten te houden?

## Stressvolle periode

De overgang naar school wordt door velen als een stressvolle periode beschouwd. Kinderen gedragen zich



• Human Touch Photography

Als een kind nieuw is, kunnen emoties als angst en verdriet ervoor zorgen dat het veel mist op school

dan vaak anders dan gewoonlijk. Ze zijn drukker of juist stiller, zoeken vaker ruzie of zijn juist aanhankelijker. De stressvolle periode heeft te maken met alle factoren die tegelijkertijd veranderen en ervoor zorgen dat het kind zich onzeker en onveilig gaat voelen. Zo'n instabiel gevoel maakt hen dan kwetsbaar.

Het begin van de overgangperiode, de kwetsbare periode, start vaak al ver voor de eerste schooldag begint omdat het kind er in gedachten al mee bezig is. Deze periode zal pas eindigen wanneer het kind gewend is aan de nieuwe omgeving en routines en die geen bedreiging meer vormen voor het gevoel van veiligheid en zekerheid. De overgang naar school wordt dus gedefinieerd door de kwetsbare periode die het kind doormaakt.

## Kwetsbare periode inkorten?

Omdat de overgang wordt gemarkeerd door de kwetsbare periode en deze begint wanneer het kind zich er een voorstelling van begint te maken, zou een gevolgtrekking kunnen zijn om het kind er dus maar zo lang mogelijk over in onwetendheid te laten. Zo stel je het startpunt uit. Zo'n aanpak zal het kind niet ondersteunen in zijn overgang. Integendeel zelfs! De verandering waar het allemaal om te doen is, aanwezigheid op school, is onvermijdelijk. Door het kind daar niet tijdig op voor te bereiden, zal het zich geen goede voorstelling kunnen maken van wat het te wachten staat. Dat voedt het gevoel van onzekerheid en onveiligheid.

Het kind in het ongewisse laten over aanstaande veranderingen zal als gevolg kunnen hebben dat het zelfs een traumatische indruk zal achterlaten. De intensiteit van het gevoel in het moment, zoals bij het afscheid nemen van de ouders, zal het kind niet goed in staat stellen zich schoolse zaken, nieuwe regels en routines, eigen te maken. In plaats daarvan zal het eerder een scala aan emoties voelen; angst, verdriet en boosheid. Die kunnen hem langer bezighouden. Daardoor zal een kind de eerste tijd veel missen op school. Denk aan kennismaking, mogelijke instructies en gelegenheden om interacties aan te gaan. Dit soort momentopnames kunnen ervoor zorgen dat de onzekerheid over school zal voortduren en mogelijk zelfs wordt versterkt. Elke negatieve ervaring zal gaandeweg het idee versterken dat school niet leuk en onveilig is. Kortom, het kind is niet gebaat bij het inkorten van de overgangperiode aan de voorkant van het proces omdat het tijd nodig heeft om zich voor te bereiden, hetgeen de gewenning zal bevorderen.

## Hoe went een kind?

Wat gebeurt er dan in het kind? Wat is het wem-mechanisme? In het moment zelf reageert het kind op situaties

zoals het dat meestal al heeft gedaan door zich bijvoorbeeld vast te klampen aan de ouder of door op onderzoek uit te gaan. Daarbij is een kind voortdurend bezig te bepalen hoe het met hemzelf gaat. Op de middellange termijn brengt het zekerheid in door de omgeving goed in de gaten te houden. Het kind heeft assumpties over school, leerkracht en klasgenootjes, die worden gekleurd door eerdere ervaringen. Op basis daarvan maakt het kind voortdurend een afweging van wat het kan verwachten in het moment. Die ervaringen geven hem dan ook informatie over hoe het met hem gaat. Indien het gevoel van veiligheid en zekerheid instabiel is, zal alle informatie die binnenkomt bijdragen aan een oordeel over de eigen veiligheid. Een reprimande aan een ander kind kan dan toch heel bedreigend overkomen op het kind zelf.

In dit proces leren kinderen nieuwe omgangsvormen, regels en routines en bouwen ze ook nieuwe relaties op; met leerkracht en klasgenoten. Wanneer de omgeving voorspelbaar is, zullen nieuwe ervaringen op den duur omgezet worden in kennis, gewoontes en accurate verwachtingen. Dat werkt weer als een buffer voor onprettige momenten. Een kind kan zich onzeker voelen over wat er van hem wordt verwacht op het moment dat de leerkracht vraagt in welke hoek het zal spelen. Om zichzelf uit deze onzekere situatie te redden, kan het kind kijken op het keuzebord om het antwoord te kunnen geven. Maar hier zal het niet direct aan denken in de eerste weken, het kind zal dit pas gaandeweg leren.

Dit voorbeeld geeft een manier aan waarop kinderen na enige tijd met onzekerheden in het moment omgaan. Accurate verwachtingen zorgen voor veiligheid waardoor daarin meer stabiliteit ontstaat; zowel in het moment als in zijn algemeenheid. Omgaan met onzekerheid is dus gebaseerd op leerprocessen op de middellange termijn. Regels en routines zijn geleerd. Opbouwen van relaties en vriendschappen berusten ook op leerprocessen; vriendschappen groeien. Het kind leert op basis van een verzameling van momentopnames (ervaring) welke kinderen leuk zijn, wat ze gemeen hebben en bij wie ze zich veilig voelen. Tijd is nodig om ervaring op te doen en om daarvan te leren. Zowel over wat zij kunnen verwachten op school als wat dat betekent voor hun veiligheidsgevoel.

## Ondersteunen

In de tijd die een kind nodig heeft om te wennen – de kwetsbare periode – is het belangrijk om het adequaat te ondersteunen. In deze periode kunnen kleine gebeurtenissen aanzienlijk worden uitvergroot. Bijvoorbeeld een kind dat normaal een robuust karakter



De kwetsbare periode eindigt als het kind gewend is aan de nieuwe omgeving en routines

heeft, kan onzeker en bang worden bij een onaardige opmerking van een klasgenoot. Dit kan ertoe leiden dat het kind vermijdend gedrag vertoont, zich angstig opstelt en moeite heeft met afscheid nemen op school. Kinderen moeten ruimte krijgen om te praten over waar ze bang voor zijn en voorstellen te doen over hoe daarmee het beste omgegaan kan worden. Hun angsten moeten niet worden weggewuifd als 'normaal'. Een kind dat zich niet goed voelt om 's ochtends afscheid te nemen moet ondersteund worden op een manier die bij hem past. De *clean break* is een manier die gemakkelijk is voor de leerkracht, maar feitelijk het kind dwingt om alleen in een voor hem of haar onveilig situatie te blijven. Dit kan het gewenningsproces ondermijnen. Dat kinderen vaak snel stoppen met huilen, kan de schijn wekken dat het gevoel ook goed is. Maar huilen is een symptoom. De afwezigheid daarvan hoeft niet te betekenen dat het kind zich veilig voelt, daarvoor moet naar het kind gekeken worden. In overleg met de ouders kan bepaald worden hoe het kind zich veilig kan voelen. Een ouder kan bijvoorbeeld in de klas of in de school blijven. Het kind kan om de dag en/of dagdelen naar school gaan. De leerkracht kan gelijkgestemde kinderen aan elkaar koppelen en ouders kunnen speelafspraken maken zodat het kind snel vriendjes krijgt op school. Ook een thuisbezoek door de leerkracht kan het kind ondersteunen in zijn gevoel van veiligheid. Het kan dan zijn eigen omgeving laten zien en ziet tevens dat de ouders een goede relatie hebben met de leerkracht. Dit wekt vertrouwen. Hoe meer ondersteuning, hoe veiliger een kind zich zal voelen en hoe sneller het gevoel stabiel zal worden.

### Ontwikkelingsprocessen

Kunnen ervaringen tijdens de overgang naar school gevolgen hebben voor later? Het antwoord is duidelijk: ja! In veel gevallen zal dit subtiel doorwerken. We spreken dan niet van traumatische ervaringen.

#### 'Echte tijd' beïnvloedt 'ontwikkelingsstijd'

Om de invloed van tijd op ontwikkelingsprocessen te begrijpen moeten we een onderscheid maken in 'echte tijd' en 'ontwikkelingsstijd'. Echte tijd duidt op gebeurtenissen of gedrag 'in het moment'. Ontwikkelingsstijd verwijst naar een grotere maat van tijd, weken, maanden of jaren, waarin leren en ontwikkeling gebeurt. Ook stemming- of persoonlijkheidskenmerken, zoals temperament, kunnen worden waargenomen in ontwikkelingsstijd. Die tijd wordt opgebouwd uit echte tijd. Dit betekent dat ervaring in het moment uiteindelijk lange-termijnontwikkeling beïnvloedt en ondersteunt. Als een kind elke dag prettige ervaringen heeft op school, zullen die er op den duur toe leiden dat het kind school in zijn algemeenheid als prettig zal ervaren. Ook geldt dat schoolervaringen die overwegend als negatief worden beleefd voor een negatieve lading zorgen.

#### 'Ontwikkelingsstijd' beïnvloedt 'echte tijd'

Maar ontwikkelingsstijd beïnvloedt ook echte tijd. De persoonlijkheid van een kind bepaalt mede de ervaringen die het in het moment zal hebben, zijn interpretaties daarvan en hoe het daarop reageert. Dit heeft deels ook te maken met het gedragsrepertoire dat het kind tot zijn beschikking heeft. Een verlegen kind zal niet snel drukke situaties opzoeken of een beurt nemen. Dat kan

ertoe leiden dat het rustig benaderd wordt, maar ook dat het zich mogelijk verloren gaat voelen en zich terugtrekt. Een extravert kind zal makkelijker toenadering zoeken bij klasgenootjes, maar zal mogelijk drukker zijn en ook moeite hebben om zich te bedwingen tijdens activiteiten. Het zal mogelijk makkelijk vriendjes maken, maar kan ook reprimandes krijgen van de leerkracht omdat het steeds voor zijn beurt spreekt. Daardoor kan school een negatieve lading krijgen.

#### Lange termijn

Hoe langer ontwikkelingsprocessen de ruimte krijgen, hoe steviger zij worden. Een negatieve ervaring kan de trigger zijn voor een negatieve stemming. Als een kind in een eerdere situatie huilend op school is achtergelaten, kan dat tot gevolg hebben dat het zich in een volgende situatie aan het begin van de schooldag terugtrekt, bozig doet of vijandig reageert. Dat lokt weer negatieve reacties van anderen uit en kan een neerwaartse spiraal tot gevolg hebben. Op den duur bekrachtigen dit soort ervaringen ook persoonlijkheidsstructuren. Wanneer een kind zich vaak teruggetrokken opstelt en de omgeving hem niet ondersteunt in het 'uit zijn schulp komen', zal zijn persoonlijkheid zich kunnen gaan kenmerken door die teruggetrokkenheid.

Uiteraard is het zo dat kleuters al neigen naar bepaalde persoonlijkheidskenmerken. Dit betekent dat zij in de nieuwe schoolse setting waarschijnlijk al onbewust situaties opzoeken en reacties uitlokken die daarbij passen. Hieruit zou men mogelijk de conclusie trekken dat op deze gang van zaken weinig invloed valt uit te oefenen. Maar juist in de kwetsbare periode kunnen kleine ervaringen in het moment een grote invloed hebben op het hele gevoel van veiligheid; zowel in echte als in ontwikkelingsstijd. Dat geldt zowel in negatieve als positieve zin.

#### Persoonlijkheidskenmerken tijdens veranderingen

Kinderen kunnen grote overgangen in hun leven als stressvol ervaren. Wanneer zij daarbij niet de ervaring krijgen dat verandering en nieuwe situaties een veilige uitdaging kunnen vormen waarvan zij kunnen leren en groeien, zullen zij toekomstige veranderingen niet positief tegemoet treden. Denk aan overgangen als een nieuwe school, verhuizen, naar het voortgezet onderwijs of een opleiding en een nieuwe baan. In de ontwikkelingsstijd, waarin de persoonlijkheid wordt gevormd, zal het effect van de belevenissen in de echte tijd (het moment) dus doorwerken. Wanneer kinderen leren dat nieuwe situaties (momentopnames) en veranderingen leuk zijn, zullen zij toekomstige veranderingen positief tegemoet treden. De manier waarop kinderen veranderingen dus tegemoet treden en daarin bekrachtigd wor-

den, beïnvloedt wellicht ook hun werkwijze in vergelijkbare toekomstige situaties sterk.

#### Maatschappelijk belang

De langetermijneffecten van de overgang naar school zullen in de meeste gevallen niet direct traumatisch zijn. Volwassenen zien meestal geen direct verband tussen hoe zij nu in het leven staan en hoe zij zelf als kleuter die overgangperiode hebben beleefd. Dit komt omdat het geleidelijk gewenningsproces is dat stemming en persoonlijkheid vormt. De effecten op maatschappelijk niveau kunnen veel groter zijn. Wanneer de meeste kinderen in een samenleving grote veranderingen en periodes van onzekerheid – zoals de overgang naar school – niet als positief ervaren, zal dit mogelijk doorwerken in hoe zij in het algemeen omgaan met verandering. Het resultaat zal zijn dat veel kinderen verandering niet graag tegemoet zullen treden. De implicaties hiervan op grote schaal zijn dat er een behoudende samenleving kan ontstaan die verandering meer ervaart als een bedreiging dan een uitdaging. Onder 'normale' omstandigheden hoeft dit niet direct negatief te zijn. Het brengt een zekere maatschappelijke stabiliteit met zich mee. Toch, stabiliteit is nooit eeuwig en het is daarom belangrijk in te kunnen spelen op veranderingen. Bijvoorbeeld in tijden van crisis wanneer de toekomst onzeker en verandering noodzakelijk is, is het van uiterst belang dat mensen goed kunnen functioneren en creatief kunnen denken. Zij kunnen dan oplossingen vinden voor zaken die de stabiliteit bedreigen. Adequaat kunnen inspelen op onverwachte gebeurtenissen en wendingen vergt een positieve insteek die gericht is op mee veranderen en doorontwikkelen.

Geleidelijke overgangen zijn voor kinderen dus niet alleen van persoonlijk belang nu of in hun latere leven. Tezamen vormen kinderen de bouwstenen van de maatschappij. De verantwoordelijkheid die daarmee gedragen wordt door hen die kinderen begeleiden, is er dan feitelijk één die letterlijk de toekomst van de samenleving kan beïnvloeden en bepalen. Wordt die verantwoordelijkheid herkend? Zijn leerkrachten voldoende toegerust om deze taak goed te vervullen? Er moet duidelijk een verandering komen in de maatschappelijke waardering voor de cruciale rol van leerkrachten om op lange termijn onze kinderen beter te equiperen voor de toekomst. ●

#### Literatuur

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