

Het recht op blauwe plekken.....!

Ouders, kinderopvang en onderwijs lijken behept met het bieden van overbescherming. Peuters en kleuters die in de buggy of met de auto naar school en kinderopvang worden gebracht, jonge kinderen die aan de hand worden gehouden, het (leren) fietsen met behulp van zijwieltjes, rubberen tegels voor de tere kinderknietjes enz. enz.: dit alles met de beste bedoelingen, maar opvoeders bewijzen de motorische ontwikkeling van hun kinderen met deze zorg geen dienst. Daar komt nog bij dat deze vorm van overbescherming juist bepaalde angststoornissen kan opwekken. Met andere woorden de angst regeert!

Door: At van Steijn

Twee Noorse psychologen (Leif Kennair en Ellen Sandseter, Evolutionary Biology) onderzochten de functie van 'gevaarlijk spelen' vanuit een evolutionair perspectief. Met 'gevaarlijk spel' bedoelen ze opwindend spel met een zeker risico op lichamelijk letsel. "Als een kind niet adequaat wordt gestimuleerd door tijdens het spelen met een zekere vorm van gevaar en risico in aanraking te komen, wordt een bepaalde mate van angst voor gevaarlijke situaties in stand gehouden", aldus de psychologen. Bovendien lopen kinderen die te weinig kansen krijgen om zelf te bewegen en de mogelijkheden van hun lichaam te ontdekken, het risico een bewegingsachterstand te krijgen (Pijl, 2007). In 2010 bleek uit een grootschalig onderzoek (Collard, VU-MC) dat basisschoolleerlingen uit groep 7 en 8 minder fit zijn dan hun leeftijdsgenootjes 30

jaar geleden. De huidige generatie 10- tot 12-jarigen scoort fors lager op kracht, snelheid, lenigheid en motorische vaardigheden. Sinds een aantal jaren worden op sommige scholen alle vijfjarigen getest door een motorische remedial teacher en opvallend veel kleuters krijgen een behandelingsadvies vanwege hun bewegingsachterstand.

We kennen de effecten van bewegingsarmoede op het gebied van overgewicht, de grotere vatbaarheid voor allergieën, verminderde weerstand en zelfs cognitieve achterstanden (immers 'bewegen baat het brein').

Onderwijs, kinderopvang, consultatiebureaus en GGD's zouden het lef moeten hebben ouders aan te spreken op en meer voorlichting te geven over het grote belang van het vrij bewegen van jonge kinderen. Overbeschermende ouders (zo geheten helikopterouders) dreigen hun kroost te smoren in hun tomeloze ambitie en beschermingsdrang met gevolg dat deze kinderen minder gewapend zijn als ze later ècht iets overkomt.

Kinderopvang

Overbescherming blijkt het meest voor te komen in de peutertijd en in de puberteit. Het is niet verwonderlijk dat overbeschermend gedrag van ouders tegenwoordig vooral in de kinderopvang aan het licht komt. Daar botsen de opvoedingsprincipes rond 'vasthouden en loslaten' het hardst. Leidsters merken dat veel ouders overal gevaar in zien, vooral in bezigheden die voor peuters en kleuters normaal zijn zoals klimmen, rennen en overal aanzitten. Zo verbieden sommige ouders leidsters om hun kind in de zandbak te laten spelen en komen ze verhaal halen als hun kind ruzie heeft gehad met een ander kind. Overbeschermende ouders vertrouwen anderen de opvoeding van hun kind eigenlijk niet toe, maar moeten wel als ze buitenshuis willen werken.

Ouders zijn meestal overbeschermend uit liefde en zorgzaamheid in combinatie met angst. Met eigenschappen van het kind zelf heeft die angst overigens weinig te maken: opvallend genoeg zijn ouders van kinderen met een beperking zich vaak wèl bewust van het risico op overbescherming.

De kinderopvang krijgt met allerlei vormen van overbescherming te maken - en heeft daarnaast de pech dat de overheid (in casu de GGD in haar toezichthoudende taak) dit nog eens versterkt. Leidsters houden zich vaak te strikt aan onzinnige eisen van ouders en de GGD



Overbescherming





Avontuurlijk

wil bijvoorbeeld liever geen gras in een buitenruimte ("peuters zouden weleens gras kunnen gaan eten ...").

Kinderopvang en GGD's worstelen met dit probleem, want wat bedoeld was als vangnet (bied kinderen een uitdagende omgeving waar ze zich optimaal kunnen ontwikkelen) is verworden tot een fuik (het ontnemen van elke vorm van bewegingsvrijheid).

Er bestaat in Nederland een vreemd contrast tussen de belangstelling voor psychologische en pedagogische kennis en het toepassen van die kennis. Immers we kennen het belang van buitenspelen voor een gezonde fysieke en psychische ontwikkeling van kinderen.

Onderwijs

In het onderwijs is het al niet veel beter. Veel schoolpleinen zien er opvallend leeg en desolaat uit. Verwonderlijk, omdat we de bewegingsarmoede en daarmee het almaar uitdijende overgewicht bij kinderen en jongeren als een ernstig gevaar voor de toekomst zien. Deze onderwaardering van het schoolplein wordt weerspiegeld in de opleiding van basisschoolleerkrachten. Pabo's zouden meer aandacht moeten besteden aan de betekenis van sport en bewegen op de ontwikkeling van cognitieve vaardigheden. Maar zelfs bij onderwijsprogramma's 'lichamelijke opvoeding' krijgt het 'vrije spel' (zo je wilt de buitenruimte) niet of nauwelijks aandacht. Het lijkt alsof de Pabo toekomstige leerkrachten aflevert met pleinvrees...! Terwijl spel en beweging hoog op de agenda zouden moeten staan van iedereen die betrokken is bij het basisonderwijs.

De architect Marlies Rohmer verwoordde het zo: "Het schoolplein moet eindelijk eens serieus genomen worden. Het is altijd een sluitpost. Als architect krijg ik wel een programma van eisen voor het gebouw, maar nooit voor het schoolplein. Dat klopt niet. Het is momenteel niet eens een kwestie van low budget, maar van no budget. Terwijl het inrichten van een goed schoolplein een vak is. Ik pleit voor een fatsoenlijk budget, een programma van eisen en een goed beheersplan voor ieder schoolplein. Dan kan je het schoolplein ook met een gerust hart openstellen" ('Een schoolplein voor de buurt', brochure Jantje Beton, 2006). Om een compleet beeld van een kind te kunnen vormen en om dat kind goed in zijn/haar ontwikkeling te begeleiden is het wenselijk dat een groepsleerkracht het kind in verschillende contexten meemaakt. Sprekend, schrijvend, rekenend, de natuur onderzoekend, zingend, zich beeldend uitend, maar ook (vrij) bewegend. Terwijl in de hedendaagse praktijk het 'speelkwartier' voor leerkrachten vaak pauzetime is en het bewegingsonderwijs bijzaak!

Omdat veilig gevaarlijk is...

Veel speelplekken zijn saai vanwege veiligheidsmaatregelen en wet- en regelgeving en dat is uitermate onverstandig. Nog niet zo lang geleden formuleerde Jantje Beton (toch niet bekend

vanwege haar vooruitstrevende denkbeelden) bij monde van directeur Rob van Gaal, het zo: "We hebben 50.000 van die plekken in ons land en onze jeugd maakt er amper gebruik van. Ik zou zeggen, geef me een bulldozer" (Telegraaf, 10 maart 2011). Spanning en avontuur – dát missen we in dit land. We kweken 'watjes'.

Lekker buitenspelen is voor veel kinderen het mooiste wat er is, maar zorg wel voor een wat gevaarlijke omgeving. Snelheid, hoogtes en spanning bieden uitdaging, competitie en avontuur.

In de landen om ons heen zien we de laatste jaren interessante ontwikkelingen op het gebied van het stimuleren van sport en bewegen bij kinderen en jongeren; meer specifiek het 'vrij' bewegen.

In Oostenrijk en Duitsland is een groot aantal zgn. 'Motorikparken' gerealiseerd, overeenkomstig een beweegconcept van de Oostenrijkse bewegingswetenschapper Dr. Ronald Werthner. Dit concept onderscheidt zich van andere sportvoorzieningen door de veelheid van bewegingsfuncties op verschillende niveaus. Het stimuleert de ontwikkeling van motorische functies en bevordert het coördinatie- en uithoudingsvermogen. Omdat het erg goed aansluit bij het bewegingsonderwijs is het inmiddels bij veel middelbare scholen in gebruik. Gebleken is dat het sport- en beweegprogramma vooral kan rekenen op de interesse van meisjes!

In Scandinavië is er een trend om kinderen meer uitdaging te bieden, zoals hoge touw- en nettenconstructies om in te klauteren en klimmuren die zich als een achtbaan door de speeltuin slingeren. Er is zand, water, er zijn struiken en bomen zodat kinderen naar hartenlust kunnen aanmodderen. Uitgangspunt is niet hoe veilig, maar hoe uitdagend en inspirerend is zo'n *speelplek*.

Deze initiatieven zijn met name ontplooid omdat teveel kinderen te jong aan een gespecialiseerde sport deelnemen, waardoor ze zich te eenzijdig ontwikkelen. Juist het vrije (bewegings)spel stimuleert het aanleren van de zo noodzakelijke grondvormen van bewegen.

De vraag is natuurlijk of ontwerpers en architecten dit ter harte zullen nemen. Of zij de overzorg van ouders, opvoeders en onderwijs- en kinderopvanginstellingen kunnen en durven weerstaan. Bij de inrichting van een speel- en sportvoorziening moet tegenwoordig alles een functie hebben en vooral schoon, veilig en heel zijn.

Geef kinderen de straat, natuur en buitenruimte en het recht op een blauwe plek terug.

Overheid, instellingen en ouders zijn het spoor bijster en de ontwerper zit gevangen tussen droom en daad en beziet vervolgens de desastreuze gevolgen.

At van Steijn is publicist.

Foto's: © gijsoomsphotography.com

Bronnen

Leif Kennair en Ellen Sandsetter, *Evolutionary Psychology*, www.epjournal.net – 2011. 9(2): 257-284.

Geurts, E. (2010), 'Overbescherming, een vorm van kindermishandeling?', in: J. van der Ploeg en R. de Groot (red.), 'Kindermishandeling: een complex probleem'. Antwerpen/Apeldoorn, Garant, p. 89-106.

Pijl, M. (2007) *Bewegingsachterstand door overbescherming*, GPD. www.mandypijl.nl/artikelen/motoriek.pdf.

TNS-NIPO, Jantje Beton. 2011. *Buitenspelen, kwaliteit van de speelomgeving in de eigen buurt*.

VU MC, www.vumc.nl/afdelingen/voorjournalisten (onderzoek Collard, mei 2010).

Motorikpark

<http://www.motorikpark.com/stationen/>

<http://speelprojecten.nl/contact/productlijnen/motorikpark> ❏

Contact:

e.oversteegen@uvt.nl