

Bang om te kiezen

Charlotte Visch heeft een eigen kindertherapiepraktijk (Child Consult) in Amsterdam. Naast haar werk als kindertherapeut doceert zij aan de Nederlandse Academie voor Psychotherapie en verzorgt zij lezingen en studiedagen voor leerkrachten, psychologen, orthopedagogen en maatschappelijk werkers. Zij is initiator van tal van nascholingen, onder andere de training tot Happy Coach in het basisonderwijs.



Foto: Raymond van der Knaap

Een kinderdagverblijf in Amsterdam heeft gevraagd of ik eens wil observeren hoe leidsters en kinderen met elkaar omgaan. In mijn kindertherapiepraktijk werk ik met heel jonge kinderen (vanaf 1 jaar) tot kinderen in de pubertijd. Naast mijn werk als integratieve kindertherapeut verzorg ik ook studiedagen. Naar aanleiding van deze observatiedag volgt een studiedag voor de leidsters.

Tekst: Charlotte Visch

De peutergroep van leidster Marjet komt om 11.00 uur naar buiten. Het is gelukkig lekker weer geworden. Zo in het voorjaar kan het 's morgens nog fris zijn, maar nu is het warm genoeg om naar buiten te kunnen. Het zonnetje schijnt zo sterk, dat de kinderen zelfs zonder jas buiten kunnen spelen. De meeste kinderen hebben geen jas aan, behalve Elise. Ze heeft haar voorjaarsjas dichtgeritst tot onder haar kin. Met een ernstig gezicht loopt ze het speelplein op.

De leidsters lopen door naar het voorraadschuurtje. Daarin staat het speelmateriaal voor de kinderen. De fietsen, scheppen,

emmers en steppen worden uit de schuur gehaald. Enthousiast kiezen de kinderen hun speelgoed.

Elise kiest een emmer, schep en vormpje en verdwijnt in de zandbak. Ze doet daar niet veel, maar zit een beetje sip te kijken. Leidster Marjet ziet het en loopt naar haar toe. 'Doe je jas maar uit', zegt ze vriendelijk tegen Elise. Elise reageert niet. 'Kom maar,' vervolgt Marjet, 'ik doe hem wel uit.' En resoluut strekt ze haar handen uit naar de rits van Elises jasje. Elise slaakt een kreet en draait zich weg van Marjet. Vertwijfeld laat Marjet haar handen langs haar lichaam vallen en draait zich met een zucht naar mij om. 'Het is veel te warm zo met haar jas aan, maar ze wil hem niet uitdoen! Dat was gisteren ook al zo'n probleem. Ik weet niet wat ik ermee aan moet. Kun jij hier iets mee?'

Ik zit op het bankje naast de zandbak en vraag Marjet om naast mij te gaan zitten. Zo kunnen we samen naar Elise kijken. Die zit midden in de zandbak met haar schep, emmer en vormpje. Ze doet er nog steeds niet veel mee: ze houdt met haar linkerhand de emmer vast en in haar rechtervuist klemt ze de schep. Het vormpje ligt bij haar in de buurt. Ze kijkt in het rond zonder dat het duidelijk is of ze naar iets speciaals kijkt of iets (iemand?) zoekt.

of niet kunnen kiezen

Ik sta op van het bankje en stap over de stenenrand de zandbak in. Zonder iets te zeggen ga ik tegenover Elise in de zandbak zitten. Ik doe niets, behalve rustig zitten en rondkijken. Dat is immers de manier waarop Elise nu communiceert: zitten en rondkijken. Alle mensen communiceren: verbaal (met woorden) of non-verbaal (zonder woorden). Als ik wil begrijpen wat Elise 'vertelt', zal ik eerst haar 'taal' moeten leren kennen. De non-verbale communicatie van Elise is niet een-twee-drie te begrijpen. Daarom geef ik een verbale vertaling door alleen te zeggen wat ik zie zonder invulling, duiding of nieuwe informatie. Dat doe ik door voor mij uit te mompelen: 'Zo ... even zitten in de zandbak ... met je schep en je emmer ... met dit lekkere weer.' Elise kijkt me even aan, maar zegt niks terug.

Ik vervolg: 'Ik heb mijn jas uit, want het is warm weer.' Weer geen reactie van Elise, maar ze blijft me wel aankijken. 'En jij?', vervolg ik. 'Wil jij ook je jas uit?' Nu reageert Elise meteen: 'Papa!'

'Papa' – wat zou Elise daarmee bedoelen? Ik zeg 'papa' op dezelfde manier als Elise: 'Papa!'

Elise kijkt tevreden. Ze heeft kennelijk alle informatie gegeven die belangrijk is. Maar nu word ik nieuwsgierig naar wat 'papa' te maken heeft met mijn vraag 'Wil jij ook je jas uit?' Dus ik besluit de twee aan elkaar te koppelen. Ik zeg: 'Papa ... jas uit.' 'Papa ... jas aan!', reageert Elise resoluut. Het duurt even, maar dan begrijp ik opeens wat er aan de hand is. En ik knik begrijpend terwijl ik zeg:

'Ja natuurlijk ... papa ... jas aan en juf Marjet ... jas uit!' Elise kijkt weer tevreden. Ik heb het kennelijk begrepen.

Het is een ingewikkeld conflict waar Elise in zit. Haar vader wil kennelijk dat ze haar jas aan houdt en Marjet wil de jas uit. Maar haar vader is er nu helemaal niet ... hoe zit het dan? En dan dringt het eindelijk helemaal tot mij door. In dit jaargetijde is het 's morgens nog koud en moet Elise van haar vader, heel terecht, haar jas aan. En zij voert zijn opdracht grondig uit. Wanneer je naar buiten gaat, doe jij je jas aan. Juf Marjet wil de jas uit. En juf Marjet is ook belangrijk. Elise zit volledig klem tussen twee autoriteiten, die zij moet (wil) gehoorzamen. Maar papa staat (terecht) hoger in aanzien, dus zijn opdracht wint.

Elise zit gevangen tussen haar innerlijke stem, die zegt 'doe wat papa zegt', en de opdracht van juf Marjet. Elise kan geen besluit nemen op grond van eigen autonomie en inzicht, zolang ze te weinig weet over de motieven van haar vader en die van juf Marjet. Ze heeft nieuwe informatie nodig.

Ik vertel aan Elise: 'Papa zegt: "Jasje aan, want het is koud." En, zeg ik terwijl ik doe alsof ik de temperatuur in de lucht voel met mijn handen, 'juf Marjet zegt: "Jasje uit, want het is warm."' Ik begin te lachen en herhaal vrolijk: 'Jasje aan als het koud is en jasje uit als het warm is.'

Elise trekt een klein glimlachje. Ik herhaal wat ik net gezegd heb en ondersteun de tekst met handgebaren. Alsof ik de beide opdrachten 'weeg' op mijn handen. Linkerhand naar buiten draaien en 'wegen' *Papa zegt: jasje aan, want het is koud*, en rechterhand naar buiten draaien en 'wegen' *Juf Marjet zegt: jasje uit, want het is warm*.

Vervolgens herhaal ik deze 'waarheden' nogmaals, maar zonder de 'opdrachtgevers' papa en juf Marjet te noemen: 'Jasje aan als het koud

is en jasje uit als het warm is.' Ik laat nu expres de namen weg uit de zinnen die ik uitspreek. Het is immers niet de bedoeling dat Elise een keuze maakt voor een van beide opdrachtgevers, maar dat zij tot een onafhankelijke beslissing komt op grond van eigen waarneming.

Dan kijk ik Elise aan en vraag: 'Wat wil jij?' Elise laat haar zandvormpje los en plukt aan de rits. 'Heb je hulp nodig?', vraag ik. 'Ja', zegt Elise en ik help haar met de rits van haar jas. Direct daarna gaat ze blij en actief aan de slag met emmer, schep en zandvormpje.

Elise heeft door haar gedrag gedemonstreerd hoe een mens klem kan zitten tussen twee kanten in zichzelf. Zo'n klem kun je bij jezelf en anderen 'horen' wanneer iemand zegt: 'Aan de ene kant wil ik dit, maar aan de andere kant wil ik dat.' Aan de tekst hoor je dat er twee 'stemmen' zijn, die allebei de baas willen zijn.

Stappenplan voor kinderen om uit de klem te komen van (bijvoorbeeld) 'ik wil best huiswerk maken, maar ik wil ook spelen!'

Stap 1: Vervang 'maar' door 'en'

Waarschijnlijk denk je heel vaak: ik wil best huiswerk maken *maar* ook spelen. Schrijf deze zin op en vervang het woordje 'maar' door 'en': Ik wil huiswerk maken *en* ik wil ook spelen.

Stap 2: En wat wil jij?

Beide 'kanten' in jezelf hebben recht van spreken. Wanneer je altijd maar huiswerk maakt en nooit speelt, ben je een *workaholic*, die niet goed voor zichzelf zorgt. Ken je zo iemand in jouw omgeving? En wanneer je alleen maar speelt, kun je niet worden wat je wilt.

Stap 3: Elk voordeel heeft zijn nadeel

Denk na over de voordelen van huiswerk maken. Zijn die er dan? Jazeker! Voordeel huiswerk = voldoende halen. Daardoor ga je over naar de volgende klas/groep en dan kun je worden wat je wilt. Nadeel huiswerk = vervelend, saai, vermoeiend, knagende gedachte: ik wil zo graag vrij zijn en spelen. De voordelen van spelen/vrije tijd zijn zo te vinden. Voordeel spelen = leuk, krijg je energie van. Nadeel spelen = kost tijd, ouders zeuren dat je moet stoppen, knagende gedachte: ik krijg mijn huiswerk niet af.

Je kunt kiezen voor een combinatie: 'spelend leren'. Dan maak je van je huiswerk een spel. Of je kiest ervoor om huiswerk op een vast moment te onderbreken en even te gaan spelen. Wanneer jij je precies houdt aan de tijdsindeling die je bedenkt (bijvoorbeeld één uur huiswerk met vijftien minuten spelen), heb je 'spelend leren' in de praktijk gebracht en stap je uit je eigen klem.

Je kunt ook kiezen voor twee losse momenten: je maakt je huiswerk en daarnaast zorg je ervoor dat je lekker lang speelt op een heel ander moment.

En, wat van belang is bij het maken van huiswerk: besteed geen tijd aan het nadenken over hoe stom/saai/belachelijk het is. Dat kost veel te veel tijd en gaat af van je speeltijd.