

We ontnemen kinderen de kans om zichzelf te ontdekken'

Door: Ditty Eimers – TROUW 27/04/14



© anp.

Het belang van vrij spelen wordt onderschat door ouders, waarschuwt de Amerikaanse psycholoog Peter Gray. 'Ouders die er steeds bovenop zitten, doen hun kind tekort.'

- *Het enige dat nog lijkt te tellen is of kinderen uitblinken op school. Dat voedt het narcisme bij kinderen die goed presteren: ik ben beter dan de rest.*

Zondagmiddag. In de voetbalkooi van de speeltuin in het Utrechtse Griftpark trappen vier jongens een balletje met hun vaders. "Goed gezien, Stefan", prijst een vader met knalrood hoofd de voorzet van zijn zoon. Verderop zit een moeder met drie kleuters in de zandbak. "Kom, we gaan een heel grote taart bakken", roept ze enthousiast. Voor de hoge glijbaan staat een vader met zijn dochtertje. "Ik weet niet of ik durf, papa", zegt het meisje. "We kunnen het, Eline, ik weet het zeker."

Vaders en moeders die meevoetballen, klimmen en in de zandbak spelen, geweldig toch? Nee, zegt psycholoog Peter Gray, hoogleraar psychologie aan het Amerikaanse Boston College. Ouders moeten hun kinderen veel meer zelf laten aanmodderen, schrijft hij in zijn nieuwste boek 'Free to learn'. Ouders die gaan meespelen als er een vriendje komt, moeten niet gek opkijken als hun kind narcistisch wordt, waarschuwt hij. Door je afzijdig te houden, geef je ze meer kans hun empathisch vermogen te ontwikkelen. Ze weten dat vriendjes zomaar kunnen afhaken als er geen ouder is die ingrijpt. "Dat betekent dat ze steeds bedenken wat andere kinderen wel of niet leuk vinden en daar rekening mee houden", schrijft Gray.

Grays boek is één groot pleidooi voor vrij kinderspel. Geef kinderen tijd om hun fantasie uit te leven. Laat ze rennen en dwalen met speelkameraadjes die ze zelf uitkiezen. Zonder volwassenen die op hun lip zitten. Amerikaanse kinderen krijgen daar nauwelijks gelegenheid meer voor. Ze hebben veel huiswerk en hun ouders plannen de resterende tijd vol met speelafspraken, sportclubs en cursussen. Op school, maar ook daarbuiten, staat alles in het teken van individuele prestaties. Terwijl ze juist dat vrije, ogenschijnlijk doelloze spel nodig

hebben voor een gezonde sociaal-emotionele ontwikkeling, blijkt uit een grote stapel onderzoeken die Gray aanhaalt. Al spelend leren kinderen zelf oplossingen bedenken, onderhandelen, emoties verwerken.

Een hele middag postbodemtje spelen op zolder of uren met vriendjes de hort op: ook bij Nederlandse kinderen komt het er steeds minder van. Op school maakt spelen al vanaf groep 1 plaats voor meer rekenen en taal. Na school gaan ze naar clubs of lokt de computer. In het weekend maken ze uitstapjes met het hele gezin.

Geef ze vrij spel

"We ontnemen kinderen de kans om zichzelf en de wereld te ontdekken", zegt hoogleraar pedagogiek en lector Early Childhood Sieneke Goorhuis. Ze deelt de mening van Gray dat ouders vergeten zijn hoe belangrijk het is om kinderen vrij te laten spelen. Dat is wezenlijk anders dan spel, waarbij ouders een kind stimuleren, sturen of corrigeren, zegt ze.

Vrij spel gaat helemaal van kinderen zelf uit. "Kinderen hebben dat nodig om hun innerlijke kompas te ontwikkelen." Ervaren dat ze zelf iets kunnen oplossen vergroot hun creativiteit en zelfvertrouwen. Fantasiespel leert ze om ervaringen te verwerken en emoties te uiten. Door spannend buitenspel leren ze samenwerken en grenzen verleggen. Goorhuis: "In vrij spel oefenen kinderen constant met sociaal gedrag. Als ze niet eerlijk of bazig zijn, corrigeren andere kinderen dat. Door het hardop te zeggen of een volgende keer niet meer mee te spelen."

Wetenschappelijk bewijs dat te weinig vrij spelen leidt tot meer kinderen met narcisme is er niet. Maar Goorhuis kan zich er wel wat bij voorstellen. "Het enige dat nog lijkt te tellen is of kinderen uitblinken op school. Dat voedt het narcisme bij kinderen die goed presteren: ik ben beter dan de rest. Kinderen die minder scoren kunnen juist faalangstig worden van die grote nadruk op schoolprestaties." Via vrij spel zien kinderen dat er meer variatie is. Goorhuis: "Het mooie is dat de rangorde anders is dan op school. Een meisje dat grote moeite heeft met lezen, ontdekt dat ze goed in een boom kan klimmen. En dat jongetje dat in de klas altijd de beste is, wordt meer bescheiden als hij geen bal in het doel krijgt."

"Ouders weten wel dat spontaan spelen belangrijk is, maar ze handelen er niet naar", zegt psychologe Louise Berkhout. In 2012 promoveerde ze aan de universiteit van Groningen op onderzoek naar vrij spel. Ouders kunnen het niet laten om zich met het spel van hun kind te bemoeien, zegt ze. Ze zien spel als iets waar kinderen van moeten leren: 'Hoeveel blokken heb je gestapeld?' Of ze denken dat ze hun kind moeten vermaken. "Ouders denken te snel dat kinderen zich vervelen. Wacht tot ze zelf met iets komen. Ze zullen je verrassen."

Spelen kost tijd

Voor haar onderzoek observeerde Berkhout spelende kinderen in bijna vijftig kleuterklassen. Kinderen hebben tijd nodig om tot spelen te komen, ontdekte ze. Ze moeten spulletjes zoeken, bedenken waar hun spel over moet gaan en wie welke rol krijgt. Berkhout: "Bij de een duurt het langer dan bij de ander, maar geen kind blijft met de armen over elkaar zitten." Na een tijdje komen ze in een soort flow en gaan ze helemaal op in hun spel. Hoe meer ze zich onbespied wanen, hoe intensiever ze spelen. "Dat kunnen ze uren volhouden. Maar zodra een volwassene zich ermee bemoeit is het afgelopen."

Ieder kind zou minstens twee tot drie uur per dag vrij moeten spelen, vindt Berkhout. Binnen, maar ook buiten. "Laat ze zelf hun weg vinden. Wie durft in die boom te klimmen? En welk

kind kan daarbij helpen? Van die ervaringen leren ze meer dan door alles voor te kauwen." Minder controledrang van ouders maakt buitenspelen ook een stuk aantrekkelijker, denkt ze. Berkhout: "Avonturen beleven maakt kinderen blij."

Ze vindt dat ouders meer vertrouwen in hun kinderen moeten hebben. Uit onderzoek blijkt dat kinderen die niet steeds in de gaten worden gehouden, uit zichzelf weinig echt gevaarlijke dingen doen. Ze kiezen een schuurtje dat net hoog genoeg is om vanaf te springen. Natuurlijk, ze kunnen zich ook in de nesten werken. Berkhout: "Gun ze de kans om daar zelf weer uit te komen. Risico's nemen is niet per se slecht."

In zijn boek 'Free to Learn' betoogt psycholoog Peter Gray dat ouders hun kinderen veel meer zelf moeten laten aanmodderen. Ouders die gaan meespelen als er een vriendje komt, moeten niet gek opkijken als hun kind narcistisch wordt.