

Weerbaar naar ‘de middelbare’

Bang voor de brugklas, wie was dat niet? Voor héél onzekere kinderen is er tegenwoordig een voorbereidend zomerkamp. Een verslag.

Sophie Derkzen is redacteur van *Vrij Nederland*.

Yannick zit aan het hoofd van de tafel. Of er iemand een troostmoment nodig heeft, vraagt hij aan de groep. ‘Wie was er vandaag niet happy?’ Verschillende namen worden genoemd. Een meisje dat een huilbui had, een ander met hyperventilatie. ‘Zij waren vandaag dus weer slachtoffer’, zucht Yannick met een gepijnigd gezicht. Als iemand oppert dat Jur wel een steuntje in de rug kan gebruiken, denkt Yannick even na. ‘Nee’, zegt hij dan resoluut. ‘Jur heeft zichzelf nu wel gevonden.’

Yannick is geen therapeut. Yannick en Jur zijn twaalf, net als vrijwel alle kinderen aan de picknicktafel. Ze zitten op het zonnovergoten terras van een kampgebouw in de bossen van Austerlitz. Er is ook een begeleider bij, maar die laat de kinderen zo veel mogelijk zelf het woord doen. Elke dag komt het groepje bij elkaar voor teamoverleg. Zij vormen deze week het ‘high five-team’: een kampgenootje dat het moeilijk heeft, krijgt van Yannick en de zijnen een oppepper. Die avond vraagt hij onder de spaghetti bolognese even de aandacht. ‘Wij hebben een complimentenbox gemaakt’, verkondigt Yannick plechtig. Onmiddellijk barst er, onder aanmoediging van de begeleiders, een groot applaus

los in de eetzaal. ‘Stermoment voor Yannick!’ roept een meisje. Een paar kinderen krijgt een opgevouwen briefje uit de schoendoos. Om beurten mogen ze de gelukwensen van hun kampgenoten voorlezen. ‘Voor Mike, omdat hij zich voor honderd procent positief inzet.’ Dana krijgt: ‘Denk: het komt goed in de brugklas.’ Op het laatste briefje staat, in priegelig kinderhandschrift: ‘Jur, geniet van het leven.’

Heel erg gepest

In augustus en september gaan ook dit jaar weer duizenden twaalfjarigen voor het eerst naar de middelbare school. Visioenen van imponerende bovenbouwers zullen bij de meesten wel even door het hoofd spoken. Om er daarna maar gauw een cola op te drinken en het verder op de eerste schooldag wel te zien. Voor de tweëndertig deelnemers aan het SterkID-kamp, en hun ouders, ligt dat anders. À raison van ruim vijfhonderd euro worden ze in de zomervakantie een week lang voorbereid op hun nieuwe bestaan als eersteklasser.

De deelnemers aan het SterkID-kamp

hebben zo hun redenen om op te zien tegen wat ze ‘de middelbare’ noemen. ‘Ik heb een hele slechte concentratie’, vindt Mats. ‘Ik moet leren plannen, ik kan niet met een agenda omgaan. En ik ben een beetje druk’ roept hij nog, terwijl hij een sprintje trekt naar het voetbalveld. Aan de rand van het zanderige veld staat Rik ingespannen naar zijn jojo te turen. Zodra er een moment vrij is in het programma, zoekt hij een rustig plekje op om zijn techniek te verbeteren. Alleen. ‘Dat is nou mijn probleem’, zegt Rik. ‘Ik heb moeite met vrienden maken.’ Joey heeft last van een gebrek aan zelfvertrouwen, vertelt hij. ‘Als ik voor een groep sta, lijkt het net alsof mijn benen instorten.’ De organisatie achter het SterkID-kamp is Stichting De Ster, opgericht in 2005. De Ster richt zich op kinderen en jongeren van acht tot en met zestien jaar die zó onzeker zijn dat ze er in hun dagelijkse functioneren last van hebben: ze trekken zich terug, of gaan juist provocerend gedrag vertonen. Met haar zomerkampen wil de stichting voorkomen dat de kinderen in de toekomst ‘slachtoffer worden van hun eigen onzekerheid’. Het SterkID-kamp belooft haar deelnemers vol zelfvertrouwen naar de brugklas te sturen.

De praktijk is dat veel deelnemers aan het kamp gepest worden. Waarom kunnen ze vaak niet goed uitleggen. ‘Ik weet niet hoe het kwam’, zegt Dana. ‘Maar het was altijd van: “We hebben een clubje opgericht. En nee, Dana, niet met jou.”’ Ook Rik is heel erg gepest, vindt hij. ‘De laatste drie jaar van de basisschool waren de ergste van mijn leven.’ De afgelopen maanden ging

het beter, maar hij ziet op tegen de overgang naar zijn nieuwe school. ‘Dat pesten heb ik nou gehad, maar stel dat ik weer een blunder maak. Je hoeft maar iets te doen, of andere mensen gaan je raar vinden. Ik ben bang dat het in mijn karakter zit. Het blijft voor altijd in je.’

Opdracht: stout zijn

Voor kinderen die een moeizame basisschoolperiode achter de rug hebben, is de overgang naar de brugklas een spannend moment, meent Ster-directeur en orthopedagoog Lieve van Geldorp (1978). Deze week is ze hoofdpedagoog op het kamp. ‘Voor deze kinderen betekent de brugklas een welkome nieuwe start. Maar er is ook grote angst: ga ik het wel waarmaken?’ Tijdens het kamp oefenen de kinderen met wat Van Geldorp ‘lastige brugklassituaties’ noemt. De SterkID-formule speelt handig in op de doorgaans nog grote fantasie van twaalfjarigen. Elke ochtend vertrekken de kinderen met rugzak en al naar ‘school’. Even daarvoor hebben ze tijdens het ontbijt hun middagboterhammen gesmeerd, die gaan mee in de tas. In het nabijgelegen kampgebouw een paar honderd meter verderop staat een van de begeleidende vrijwilligers (in het dagelijks leven werkzaam bij Randstad) hen als ‘conciërge Jan’ al op te wachten. Op het podium van het stenen gebouwtje is een klaslokaal ingericht: er staan tafels, stoelen en een schoolbord. Hier speelt de leiding de lastige brugklasscènes voor: een onredelijke leraar Engels, een onverwachte overhoring of een juf-

frouw die geen orde kan houden. Ook als een begeleidster van achterin de twintig binnenkomt als een van de leerlingen, gaan de kinderen er nog volledig in mee. ‘Dat is Wies, maar nu is ze Willemijn’, fluistert een meisje tegen haar buurvrouw.

Vanochtend is er om negen uur nog steeds geen docent. Binnen twee minuten verandert het geïmproviseerde klaslokaal in een totale chaos van rondvliegende propjes en gummen. De ijverig uitgestalde etuis zijn in no time leeg. Eerst staan er vier jongens op tafel, even later zit ook geen enkel meisje meer op haar stoel. Spontane anarchie van de onzekereren? Nee, dit is een pedagogische opdracht. ‘We moedigen de jongeren aan om stout te zijn’, glimlacht Van Geldorp. Ze heeft Mats en een vriendje gevraagd iedereen over te halen om de klas op stelten te zetten. Even later glimt hij van trots, want het is hem gelukt. ‘Ik hou van klieren, dus dit kan ik wel.’

Na de les is er ruimte voor reflectie. In kleine groepjes gaan de kinderen onder leiding van een psychologe aan de slag. Wat gebeurde er in de klas? Was je een meeloper of kwam je voor jezelf op? Vandaag zijn de kinderen er snel uit. ‘Grenzen aangeven!’ roept Mike. ‘Daar gaat het om.’ Even is er verwarring. ‘Bedoel je emotionele of fysieke?’ vraagt Dana. ‘Nee, lichamelijke!’ zegt Mats. ‘Alle grenzen zijn goed’, sust de begeleidster de discussie.

Stermomentje

Onvermoeibaar praten kinderen van twaalf hier de hele dag over emoties. Van de och-

tendworkshops tot het teamoverleg via het mentoruurkje naar de evaluatie met warme chocola voor het slapen gaan. Zelfs bij het bewegingsprogramma (‘Hoe loop je stoer met je rugzak’) wordt veel gepraat. Het SterkID-kamp is gedragstherapie in een speels jasje. De kinderen worden bewust gemaakt van hun eigen handelen: de mantra ‘gedachten bepalen gevoel, gevoel bepaalt gedrag’ klinkt de hele dag door in alle workshops. Met de Stermometer leren de aanstaande brugklassers hun emoties te peilen en te controleren. Zodra ze een emotie voelen opkomen, moeten ze aangeven hoe hoog de meter staat. Om de kinderen op ‘alternatieve denkstrategieën’ te brengen, is er het Sterstoplicht. Bij rood identificeer je de situatie, bij oranje bedenken de kinderen zo veel mogelijk oplossingen en bij groen proberen ze uit of de nieuwe strategie werkt. In alle bewustwording staat een positieve benadering centraal. Wie het goed doet, krijgt en plein public een Stermomentje. Onder de begeleiders zijn ‘wow!’ en ‘goede instelling!’ niet van de lucht, en om de vijf minuten klinkt er wel weer een applausje over het kampterrein.

De deelnemers oefenen fanatiek met alle gedragsstrategieën. Althans, in de kleine praatgroepjes. Als de aandacht tijdens het bewegingsprogramma even verslapt, klinkt er ineens een heel ander geluid over het voetbalveldje. ‘Rot op, vuile pestkop’, gilt een meisje dat met steentjes wordt bekogeld. ‘Ga een pincet halen voor je bovenlip’, roept het object van haar ergernis terug. Even daarvoor heeft het jon-

getje nog ijverig zijn Sterstoplicht ingevuld. De dienstdoende begeleider wordt niet boos. Positieve feedback, daar draait het om. Wie lastig is, wordt door een van de begeleidende pedagogen apart genomen voor een gesprekje: kan hij niet beter een van de geleerde technieken in de praktijk brengen? Wie druk is, mag een rondje rennen met conciërge Jan.

Steeds sneller gediagnosticeerd

Om een uur of een is het tijd voor de lunch. Boterhammen komen uit tassen tevoorschijn, het kamplied wordt nog maar eens ingezet. Op muziek van de laatste hit van het Volendamse duo Nick en Simon: 'Na de vakantie / starten wij ons brugklasjaar / dat wordt echt heel erg cool / Ja geloof ons nou maar.' Drie meisjes zingen uit volle borst mee. Als het lied is afgelopen, zijn ze in uitgelaten stemming. 'Ik heb PDD NOS, daarom mag ik met dolfijnen zwemmen!' roept een van hen tegen de verslaggeefster. 'Dat heb ik ook', joelt een ander, 'maar ik heb het veel lichter!' 'Ik heb ADHD!' toept hun buurvrouw over. In de eetpauzes is er op het kamp speciale aandacht voor de medicijnen. Een begeleider komt aangelopen met een grote plastic spuit. 'Dat is voor mijn epilepsie', zegt een meisje in een stiller hoekje van de zaal. Ze lacht verlegen naar haar boterham.

'Een aantal van onze kinderen heeft inderdaad een diagnose', zegt Lieve van Geldorp even later in het 'kantoortje' van de leiding. Tussen de stapelbedden hangt een lijst met een overzicht van alle kinderen en hun

gedragspatroon. 'Ik heb het idee dat kinderen steeds sneller gediagnosticeerd worden. Of dat altijd goed is, kun je je afvragen. Soms is het nuttig om het beestje een naam te geven, omdat het een speciale aanpak vereist. Maar in veel gevallen is dat naar mijn mening niet nodig.'

Voor aanvang van het kamp worden de deelnemers uitvoerig gescreend. Zowel ouders als kinderen vullen lange vragenlijsten in, met een GZ-psycholoog bespreken ze de resultaten. 'Onze kampen zijn niet geschikt voor ieder kind. Zo kun je van een kind met ernstige hechtingsproblematiek niet in een week het vertrouwen winnen', licht Van Geldorp toe. Ze benadrukt dat de Sterkampen laagdrempelig zijn: bedoeld voor gewone, onzekere kinderen die wat extra zelfvertrouwen kunnen gebruiken.

Waarmee de vraag rijst of je een kind met een relatief licht probleem wel een week lang zo nadrukkelijk met zichzelf moet lastigvallen. Is al dat bewustzijn wel nodig voor een kind van twaalf? Maak je het probleem niet groter door kinderen te bevestigen in het idee dat ze een probleem hebben? 'Tijdens onze kampen benadrukken wij juist de mooie kanten in de jongere, in plaats van de problemen', riposteert Van Geldorp. 'We laten ze zien dat iedereen lastige situaties heeft, waar je gewoon mee moet leren omgaan. Ze oefenen de technieken in de praktijk, waarbij plezier voorop staat. Het is zo fijn als je alvast leert hoe je vriendjes kunt maken.' Juist nu, vlak voor de brugklas, kun je met een kleine ingreep nog een groot

verschil maken, meent Van Geldorp. ‘Negatieve gedachten zitten bij deze kinderen nog niet zo diep in hun “computer”. Straks begint de fase dat ze hun eigen identiteit ontwikkelen. Waarom zou je kinderen die dat nodig hebben, daar niet bij helpen?’ Het medicijngebruik onder kinderen vervult haar wel met de nodige scepsis. ‘Wij schroeven de dosis op kamp in overleg met ouders wel eens terug, als we merken dat het goed gaat. Een positieve benadering doet al heel veel.’

Workshop Vrienden maken

Ook de ouders van deelnemers hebben de aandacht van de organisatie. ‘Als ouders heel angstig zijn, heeft dat zijn uitwerking’, zegt Van Geldorp. ‘Een kind met overbeschermende ouders kan minder uitdagingen aan.’ Speciaal voor ouders is er de Sterpoli, waar ze tot een jaar na afloop van het kamp terecht kunnen met opvoedingsvragen. Van Geldorp: ‘Het is natuurlijk heel erg van deze tijd om je op het gedrag van je kind te focussen.

Tegelijkertijd is de maatschappij veranderd. Meer ouders werken, meer ouders zijn gescheiden. Je wilt de oplossingscapaciteit van je kind op jonge leeftijd vergroten.’

‘s Middags mogen de kinderen zelf kiezen welke workshop ze volgen. In het hoekje van ‘Vrienden maken’ is het verreweg het drukst. Haastig wordt een begeleider opgetrommeld om een tweede groep te vormen. In een rollenspel oefenen de kinderen in contact maken. Bij kleine Mike (11) gaat

het al veel beter. De eerste dagen durfde hij niemand aan te spreken. Totdat hij met Stan en Rik in een mentorgroepje kwam. Nu heeft hij eindelijk ‘echte vrienden’, vertelt hij. ‘Stan, want die lacht altijd. En Rik is gewoon mijn vriend.’ Mike somt op wat hij geleerd heeft: ‘Oogcontact, stevig in je schoenen staan en hoe je bij een gesprek moet in- en uitvoegen.’

Voor het eten zijn de kinderen vrij. Er wordt gevoetbald en gebadmintond, op het terras is een paar jongens een pingpongcompetitie begonnen. Even verderop zit Rik aan een van de picknicktafels in de avondzon. Nog steeds zijn de jojo en hij onafscheidelijk. Stiekem verheugt hij zich ook wel op de middelbare school, zegt hij zacht. Vooral scheikunde en techniek, al komt dat pas in de derde. Op het kamp vond hij Levend Stratego tot nu toe het leukste. Ineens beginnen zijn ogen te flonkeren. ‘Ik was twee keer de Maarschalk’, zegt Rik. ‘Dat is de hoogste.’

Dit artikel is in zijn geheel verschenen in de Vrij Nederland van 28 augustus 2010. Herplaatsing met dank aan VN.