

# Geen stress in het

I na von Mackensen, Erziehungskunst, nr 10/2006

Vertaling: Karin Vantricht

Wie het aandurft om met jonge kinderen te werken, neemt een grote verantwoordelijkheid op zich. Alle medewerkers van de kinderopvang moeten zich bewust zijn van de bijzondere noden van deze kleine kinderen. Want de inrichting moet zich de moeite getroosten om de start in het leven van de allerkleinsten zo goed te omkaderen dat de gehele verdere ontwikkeling daarop verder kan bouwen. Dat wil zeggen: een goede plaats in de natuur, genoeg ruimte (vooral ook in de vestiaire), een voldoende aantal geestelijk gezonde en degelijk opgeleide medewerkers, de mogelijkheid binnen een zekere omkadering ook grotere kinderen bij het vrije spel te betrekken, zonder verstoring van het eigen dagritme van vroeg en rustig de maaltijd eten, van het genieten van een vroege en uitgebreide middagslaap, niet op een abstracte manier aanspraak maken op het kind (bijvoorbeeld bij het verhaaltjes vertellen) en nog vele andere fijngevoeligheden. Dat alles betekent dat kinderen onder de 3 jaar niet zomaar in een grote kinderopvanggroep kunnen meelopen.

Ik ben sinds 1997 opvoedster in de zuigelingenafdeling van de Waldorfkleuterschool Prenzlauer Berg. Wanneer nieuwe medewerkers, stagiaires of gasten aankomen, toon ik hen de denkbeeldige gouden letters bovenaan de ingangdeur: "Hier geen stress!" Zelfs wanneer dit meestal op een glimlach wordt onthaald, is het voor mij echte ernst: Wanneer het gaat over de voorwaarden om kleine kinderen onder de drie jaar buiten de ouderlijke woning op een degelijke manier op te vangen, zou, naar mijn mening, de nadruk moeten liggen op de poging de kinderen zo veel mogelijk voor stress te behoeden.

*Kijkend naar het spel van de voorbijvarende wolken...*

De mens wordt als een onrijp wezen geboren. Hoe jonger hij is, hoe meer hij op liefdevolle verzorging, warmte en bescherming aangewezen is. Wij mensen leren tijdens deze eerste levensfase meer dan in om het even welke andere levensfase. Maar dit effectieve leren gebeurt vooral onbewust. Een klein kind gaat, vanuit de zekerheid van zijn binding met een volwassene, vol interesse op zijn omgeving af. Het kan aan zichzelf en aan zijn omgeving genoeg ontdekkingen doen, er zijn voldoende uitdagingen voor zijn ontwikkeling. In principe biedt een gezonde mate van stress (uitdaging, appel, onzekerheid, opwinding...), die aanzet tot een verhoogde aandacht en bewustzijn, de mogelijkheid tot een voortdurende ontwikkeling van de mens. Maar de zuigeling en het kleine kind hebben nog maar zeer onrijpe verwerkingsmogelijkheden, en een te vroeg ontwaken van het bewustzijn leidt tot een terugval van de mogelijkheid om zich via de sensomotorische intelligentie in navolging van een voorbeeld te ontwikkelen.

Onverwerkbare stress zorgt ervoor dat het kind zijn ontwikkelingsarbeid niet verder zet. Bij een overmaat aan stress kan het zelfs tot een terugval in de ontwikkeling komen. Kleine kinderen die tijdens de opvang stress meemaken of zelf ondervinden, reageren echter niet zelden met een bespoediging van hun ontwikkeling. En dit betekent een opgeven van het kind-zijn. Daarenboven is het geweten dat “een gejaagde ontwikkeling” een tekort aan kwaliteit en degelijkheid met zich meebrengt. Het kleine kind is immers nog bezig met beslissende, fundamentele ontwikkelingsstappen. Het is erg afhankelijk van het wel of niet krijgen van een beschutte plek, aangepast aan zijn mate van ontwikkeling, en van het wel of niet behoed worden voor stress.

Vóór de kleuterleeftijd oriënteert een kind zich niet zozeer naar de groep, maar wel naar zijn eigen verzorger. Wanneer men in staat is aan een kind de maat af te lezen van de zorgvuldige, in kleine stappen doorgevoerde gewenning aan de groep, waarbij de hoeveelheid stress die net nog kan verwerkt worden niet overschreden wordt, kan er tussen het kind en zijn verzorger een relatie groeien. Maar ook deze relatie moet in het vroegste levensjaar dagelijks verzorgd worden. Zo sterken kleine rituelen 's morgens bij het overnemen van het kind van de ouders de binding met de verzorger, en nabijheid en aanraking zijn daarbij belangrijke factoren.

De binding wordt het meest versterkt door de manier van verzorgen volgens de principes van Emmi Pikler.

Wij doen ons best om het kind tijdens het verzorgen steeds onze ongedeelde aandacht te geven, zodat een werkelijk contact ontstaat – meestal een dialoog via de lichaamstaal, begeleid door woorden en klanken. Door die mate van geborgenheid die door de verzorger geschonken wordt, kan het kind een zekere mate aan stress duidelijk beter compenseren, terwijl het zich moet staande houden in een groep van kinderen, die nog niet in staat kunnen zijn tot sociale interacties.



*Het kleine kind heeft gedurende de tijd in de opvang zeer sterk de zekerheid nodig die een vast dagverloop en dagritme hem bieden.*

Als ervaren, opgeleide kleinkindverzorgster kan ik maximaal twee kinderen, die al aardig kunnen lopen, tegelijkertijd met elk van mijn handen vasthouden. Daaruit én uit de emotionele beschikbaarheid kan je het aantal kinderverzorgers afleiden dat in een opvang nodig is.

Het kleine kind is immers nog erg op onze weerklank aangewezen, zijn ziel “voedt zich” aan de glans in onze ogen. Voor kinderen tussen 1 ½ en 3 jaar kan, mijns inziens, het aantal kinderen per groep niet hoger zijn dan 8 tot 11 kinderen –zelfs niet wanneer meerdere verzorgers worden ingeschakeld – zonder dat er in de groep stress ontstaat.

Het kleine kind heeft gedurende zijn verblijf in de opvang een houvast nodig onder de vorm van een vast dagverloop en dagritme, dat hem zekerheid geeft en een oriëntering in de dag. Door de verinnerlijking en de gewoontevorming ontstaat er als het ware een “vrije ruimte” die het kind de kans geeft zich in te werken in dat wat hij herkent. Het voelt zich dan niet als aan iets onvoorspelbaars overgeleverd, maar het kan zichzelf en zijn groeiende vaardigheid ervaren bij het meedoen – en ook, in de koppigheidsfase, bij het energieke weerstand bieden.

Het kind, dat nog erg begaan is met zichzelf en zijn eigen lichaam te ontdekken, heeft vaak vanaf 1 ½ jaar een “mijn” fase. De dingen waarmee het in de opvang omgaat, en het speelgoed zijn echter van alle kindjes. Bijgevolg krijgen zijn persoonlijke plekjes zoals de stoel, het bedje en de plek voor zijn kleertjes in het kastje een bijzondere betekenis voor hem.

Juist het kleine kind is afhankelijk van de voortdurende opbouw van zijn relatie tot de belangrijkste personen in zijn leven, namelijk zijn ouders. Daarom willen wij de gebeurtenissen van de dag met de ouders delen en we drukken hen door ons concept op het hart om de tweede creatieve periode in het dagverloop van het kind (na het middagslaapje) met het kind door te brengen. De tijd met de ouders zou niet enkel mogen dienen om de indrukken van de groep te verwerken.

Het concept, het verloop van de gebeurtenissen, de geleide onderdelen van de dag en de mogelijkheid dat de verzorgers bezigheden afmaken – dit alles is ondergeschikt aan de noodzaak dat daaruit geen stress mag ontstaan bij de kinderen, noch door de verzorgers op de kinderen wordt overgedragen. Dan kan voor kleine kinderen een plek ontstaan waar elke dag gelachen wordt, waar het verblijf vreugde brengt en opwindend is op een gezonde manier.

**Over de auteur:** Ina von Mackensen, jaargang 1966, Waldorfpopvoedster, sinds 1992 medewerkster aan de “worldwide initiative for childhood care”. Meerdere jaren dagmoeder; leiding van een klein seminarie voor dagmoeders. In 1997 oprichting van de zuigelingenopvang van de Waldorfkleuterschool van Prenzlauer Berg, Berlijn; momenteel ook bezig met de oprichting van een familiecentrum. Gastdocente in enkele Waldorfkleuterschool-seminaries. Getrouwd, vier kinderen.

**Opmerking van de auteur:** De impuls van Emmi Pikler geeft heel duidelijk voor de praktijk met kleine kinderen datgene aan wat de Waldorfpedagogie als groot ideaal probeert te realiseren – de waarde van het kleine kind achten. Het werk van Emmi Pikler heeft twee zwaartepunten, de zelfstandige bewegings- en spelontwikkeling en als aanloop daartoe de intensieve, respectvolle verzorging. Tot dit laatste heb ik mij in mijn uiteenzetting beperkt. Ter verdieping van dit thema beveel ik volgend boek aan: Emmi Pikler e.a. *Vertrouwd worden met elkaar*.

