

Gesprek met Roland van Vliet, Jiska van den Bosch en Maarten Schmohl

NOOIT MEER NIET, ALTIJD WEL!

HOGЕ BETROKKENHEID VAN DE ZWEMLERAAR LEIDT TOT EEN HOGER WELBEVINDEN VAN DE KINDEREN



Drie zwemleraren van zwembad 'Fletiomare' in De Meern, hebben in december 2010 de cursus ErvaringsGericht ZwemOnderwijs gevolgd. Deze cursus heeft inspiratie en verandering teweeg gebracht in de manier waarop de leraren met de kinderen omgaan en de lessen inrichten.

Maarten: *Na één cursusochtend was ik al heel enthousiast. Het was een eyeopener, omdat ik vanuit het kind naar de zwemlessen leerde kijken. Daardoor kreeg ik veel nieuwe ideeën voor mijn zwemlessen.*

Roland: *Het is niet: met deze groep doe ik het wel en bij de andere groep niet. ErvaringsGericht werken wordt onderdeel van je eigen stijl.*

Jiska: *Met kijkes hoor ik: "Ze hebben het echt naar hun zin hier." Dan zeg ik: "Dat is ook het belangrijkste."*

Het woordje 'niet'

Maarten: Een collega zag kinderen naar het zwembad rennen en riep: "Niet rennen!" De kinderen renden verder. Ze herhaalde het een paar keer en vervolgens pakte ze een kind vast en zei het in zijn gezicht. Maar achter haar rug rende hij verder. 'Rustig lopen', zou misschien helpen, bedacht ik me.

Jiska: De manier waarop je denkt verandert, al tijdens de cursus. Ik ontdekte dat je op een heel simpele wijze jouw manier van zwemonderwijs geven kunt ombuigen, naar meer vanuit het kind werken. Het woordje 'niet' weglaten is een klein voorbeeld hiervan. Niet vertellen wat de kinderen niet moeten doen, maar vertellen wat de kinderen wel moeten doen. Dus niet: 'Geen kleine rondjes maken met je benen', maar: "Maak grote rondjes met je benen." Het klinkt allemaal zo logisch.

Roland: Na de cursus het in praktijk brengen was uitproberen, maar het werkt echt. We spreken elkaar aan op ons taalgebruik naar de kinderen toe dat werkt. Je wordt je bewust van wat je zegt.

Maarten: Als je het woord 'niet' bewust niet gebruikt, ga je automatisch vanuit het kind denken. Door je in te leven in de belevingswereld van het kind ontdek je bijvoorbeeld dat een kind 'goed zwemmen' ziet als 'snel zwemmen'. Tegen dat kind kun je bijvoorbeeld zeggen: "Je kunt al heel goed snel zwemmen zie ik, maar kun je het ook rustig?" Het kind wil je dat graag laten zien.

Jiska: De hele dag horen wat je allemaal fout doet, is heel vervelend. Dat helpt je niet. Het is veel fijner om te horen wat je kunt doen om het nog beter te doen en dat helpt je wel. Met die positieve benadering zie je het welbevinden van het kind toenemen. Dat staat voorop.

Roland: De interactie krijgt meer inhoud en de spelregels, om het veilig te houden, blijven. Je zegt alleen niet wat ze niet mogen doen. Wel wat ze wel kunnen doen. Je ziet dan dat ze het plezier houden.

Jiska: Daar hebben ze een plaatje bij in hun hoofd, dus daar kunnen ze iets mee.

De (ErvaringsGerichte) dialoog aangaan

Jiska: Ze krijgen niet te horen wat niet goed gaat. Daardoor voelen ze zich goed en neemt het zelfvertrouwen toe en dat maakt dat kinderen vooruit gaan. Dat is vergelijkbaar met jezelf. Als je van je leidinggevende steeds te horen krijgt dat je het niet goed doet, voel je jezelf niet lekker en kun je minder goed werk leveren. Je groeit van complimenten en vertrouwen. Dat zie je bij kinderen ook.

Maarten: We hebben in de cursus geleerd te vragen naar wat een kind er zelf van vindt. Als het kind rustig heeft gezwommen, vraag ik: "En wat vind je nu zelf beter gaan? Snel zwemmen of rustig?"

Roland: Wat en hoe ze het moeten doen is niet alleen belangrijk, maar vooral ze het zelf laten ervaren: "Voel maar wat er gebeurt. Wat vind je nu het fijnst?"

Jiska: De manier van omgaan met kinderen is anders. Ik ben hier nog heel bewust mee bezig. Ik denk dat dit straks voor mij een gewoonte zal worden. Ik maak een kind bijvoorbeeld nu bewust van iets: "Waarom maak je eigenlijk kleine trappeltjes met je benen met borstcrawl? Voel eens hoe het is als je hele grote maakt?"

Maarten: Ik vraag aan het einde van elke les wat ze ervan vonden. Meestal vinden de kinderen alles leuk, maar niet bij een les waarin ik de combinatie armen en benen wilde aanleren. Dat was in het begin hard werken voor ze. Dat zei ik ook vooraf tegen de kinderen en ging vervolgens aan de slag. Een kind kwam aan het einde van de les naar me toe en zei: "Ik vond dit niet zo leuk." Ik zei: "Goed dat je het komt zeggen, je hebt gelijk, maar dit moest je vandaag even leren." Het kind accepteerde dat. Ik vond het mooi dat het kind eerlijk durfde te zijn. Ik hoop dat het komt door mijn houding, waarin ik wil laten zien dat kinderen een eigen mening mogen hebben.

Roland: Het is heel belangrijk om aan kinderen een terugkoppeling te vragen, want dat kun je weer meenemen in je volgende les. Dat wat ze niet leuk vonden, kun je in een volgende les anders aanpakken, waardoor ze het dan misschien wel leuk vinden en beter gaan zwemmen. Ook zie ik al resultaat in de zin van meer zelfontplooiing bij de kinderen, terwijl we er nog maar zeven weken mee bezig zijn. Ik merk zelf dat in die korte tijd ErvaringsGerichte aspecten in mijn eigen stijl zijn geïntegreerd.



Zelfstandig werken

Maarten: Afgelopen les zaten er vier nieuwe kinderen in de groep voor het B diploma. Ik had een heel parcours neergezet met alle nieuwe dingen die je voor diploma B moet doen. Ik zei: "Kijk maar naar de plaatjes op de kaarten en ga maar doen wat erop staat. Als je het niet weet dan vraag je het aan iemand." De kinderen die er mee bekend waren, gingen de nieuwe kinderen helpen. Ik vind het leuk om te zien hoe ze samenwerken en hoe het groepsproces zich ontwikkelt. Daarnaast kun je zien wat kinderen al kunnen.

Roland: De cursus werd gegeven in zwembad 'Drie Essen' in Beek en Donk. We zagen de leraren werken met stuurkaarten, dit zijn pictogrammen van activiteiten die kinderen zelfstandig kunnen uitvoeren. Het stuk zelfstandigheid dat je de kinderen daarmee geeft, wekte onze interesse. Je kunt er op verschillende manieren mee werken. Je kunt een opbouw neerleggen in vier kaarten. Dan bepaal jij de opdracht en de volgorde. Je kunt vier kaarten neerleggen en zeggen dat ze alle vier de kaarten moeten doen. Kinderen bepalen dan in welke volgorde ze iets doen. Maar je kunt ook kinderen een kaart laten kiezen. Dan bepalen ze zelf wat ze gaan doen, binnen het kader van het aanbod en in welke volgorde.

Jiska: Doordat je de kinderen meer vrijheid geeft en zelfstandig laat werken, heb je zelf je handen vrij.

Daardoor heb je tijd om kinderen individuele aandacht te geven.

Maarten: Een kind uit het groepje dat net is gestart,

durfde tot vorige week niet op haar rug te drijven. Ik had diverse kaartjes neergelegd met loopvormen en ook drijven op je buik en rug. Alle kinderen oefenden wat ze wilden. Op een gegeven moment probeerde het meisje uit zichzelf op haar rug te drijven. Ze dreef helemaal los van de kant, weliswaar technisch niet helemaal goed, maar geweldig toch. De weken daarvoor ben ik intensief met haar bezig geweest om haar te laten drijven, zonder succes.

Jiska: De angst neemt eerder af, omdat er dan geen druk op ligt. Als je er bovenop zit, voelt het kind teveel druk en dan lukt het niet. De stuurkaarten geven kinderen de gelegenheid om minder beladen te oefenen.

Roland: Door de stuurkaarten te gebruiken bewegen de kinderen meer. Ze staan minder stil, hoewel we altijd al gefocust waren op het zoveel mogelijk laten bewegen om ervaring op te doen. Door de cursus en het gebruik van de stuurkaarten is dat besef nog meer gegroeid. Nu zie ik dat kinderen het iets langer vol kunnen houden. Hun conditie neemt toe. Ik wist niet goed wat ik met de stuurkaarten in het diepe moest doen, totdat ik een les in het diepe gaf waarin conditie opbouwen het doel was. Ik legde drie vormen neer waaruit ze konden kiezen hoe ze erin wilden springen en het plaatje van de schoolslag. Aan de andere kant weer drie springvormen en het plaatje van de rugslag. De kinderen hielden dit lang vol en bedachten telkens nieuwe combinaties. Ze zwommen veel, waardoor ik mijn doel, conditie opbouwen, bereikte met een doorlopend systeem. De kinderen waren aan het genieten van alles wat ze maar konden bedenken.

Maarten: Ik heb nu een nieuw gestart groepje. Ik werk met deze groep vanaf het begin met de stuurkaarten. Ik merk dat kinderen elkaar gaan helpen als ze zien dat ik een kind begeleid. Ik probeer het ook te stimuleren, omdat ik samenwerken belangrijk vind. Als ze zeggen: "Meester, het lukt me niet", zeg ik: "Zoek eens iemand om je te helpen." Na ongeveer vier lessen zie je dat kinderen weten dat ze in staat zijn elkaar te helpen. Dat geeft hen vertrouwen.

Roland: Ik zeg ook wel eens: "Wanneer jij vindt dat het goed gaat, mag je naar het volgende plaatje." Kinderen zijn dan ook verantwoordelijk voor de kwaliteit van hun werk. Kinderen merken zelf wanneer het goed gaat. Ze voelen dat perfect aan. Je kunt zien dat ze het leuk vinden. Als je de week ervoor met de stuurkaarten hebt gewerkt, dan komen ze de week daarop vragen: "Gaan we weer met de stuurkaarten?" Kinderen komen met plezier naar de zwemles en dat maakt dat wij ook met plezier naar ons werk gaan.

Het kind is geen 'special'

Jiska: Kinderen blijken veel meer aan te kunnen dan wij soms denken. Ik dacht dat je kinderen duidelijk moest voorkauwen wat ze moeten doen in de zwemles, maar dat hoeft helemaal niet. Geef kinderen een beetje vrijheid en dan gaan ze het uit zichzelf doen. Kinderen willen verder. Ze willen leren.

Roland: Een heleboel kinderen pakken het leren zwemmen goed op, maar er zijn altijd een paar die je bij de hand moet nemen om zich goed te kunnen ontwikkelen. Doordat je nu je handen meer vrij hebt, kun je die kinderen meer stimuleren.

Maarten: Dat hoeft niet altijd buiten de groep. Er was in die groep een jongetje die de kaarten echt niet begreep. Daardoor vond hij het niet leuk. Het zijn simpele plaatjes, maar hij kon niet zien wat hij moest doen.

Roland: Misschien draagt hij normaal gesproken een bril?

Jiska: Of hij kan het plaatje van het platte vlak niet vertalen in bewegingen?

Maarten: Ik heb hem gekoppeld aan zijn vriendje: "Jij mag een kaartje omdraaien en dan vraag je je vriendje wat je moet doen. Dan doet hij het voor en jij doet het na". Ik kreeg het kind daardoor weer betrokken bij de les. Hij ging samen met zijn vriendje enthousiast weer aan het werk.

Roland: Mooi dat je het kind niet ontkoppelt door te zeggen: "Doe jij die stuurkaarten dan maar niet." Dan zou je het kind buiten sluiten.

Maarten: Dat is precies waar de cursus over ging. Je bent geneigd om kinderen, om welke reden dan ook, andere taal en cultuur, een bepaalde beperking, buiten te sluiten. Vaak, omdat je het beste voor hebt met een kind, maak je het meteen speciaal. Maar het kind is geen 'special'. Het kind met een kleine aanpassing erbij betrekken werkt heel goed. En het is voor het kind leuker om met de groep mee te blijven doen.



Een band opbouwen (Verbondenheid)

Maarten: Vanuit vertrouwen gaat het kind iets doen, namelijk zichzelf ontwikkelen.

Roland: We komen uit een klein bad, waar vooral de mensen uit het dorp kwamen. Iedereen was bang dat als we het nieuwe gebouw zouden betrekken het dorps karakter zou verdwijnen. We hebben inmiddels 1350 kinderen in de zwemlessen en 600 kinderen met schoolzwemmen, maar ik voel dat het contact met de kinderen nog steeds goed is. We houden het persoonlijk. Elke leraar weet de namen van zijn of haar kinderen.

Jiska: Ik kom in de supermarkt wel eens kinderen tegen, inmiddels een jaar of twaalf. Dan zeg ik het kind nog steeds gedag en noem het bij de naam. Ik blijf nieuwsgierig naar hoe het gaat met de kinderen die ik in mijn lessen heb gehad.

Roland: De kinderen lessen bij ons van begin tot eind bij dezelfde leraar. Ook de groep blijft bij elkaar. Hierdoor kunnen kinderen met elkaar en hun leraar een band opbouwen. Bij de leraar levert dat verantwoordelijkheidsgevoel op naar de kinderen toe. Langdurig en goed contact tussen leraar, kind en ouders vergroot het vertrouwen in elkaar.

Jiska: Kinderen hoeven niet steeds opnieuw aan elkaar en aan de leraar te wennen. Soms is er geen klik tussen een leraar en kind. Dan moet je eerlijk zijn tegenover jezelf en het kind, en het kind overplaatsen. Het kind krijgt dan de kans om toch een goede band op te bouwen met een leraar.

Roland: Heel soms wordt een kind overgeplaatst, omdat het niveauverschil te groot wordt, maar we proberen de

groep zoveel mogelijk bij elkaar te houden. We plaatsen eerder kinderen over die zo goed zwemmen, dat we bang zijn de ontwikkeling te stagneren door ze in de groep te houden, dan kinderen die achterblijven. Kinderen leren van elkaar, is ons uitgangspunt.

Aanpassen aan de groep (Werkelijkheidsnabijheid)

Roland: Ik was ook met een groep met drijven bezig geweest en ik vond het niet goed gaan. Toen ben ik vanuit fantasie gaan werken. De kinderen waren kabouters. Ik zei: "Als kabouters een doelpunt hebben gescoord, springen ze daarna in een grote plas en gaan ze op hun buik door de plas heen." De kinderen gingen juichend drijvend op hun buik. Sommigen zag ik nog met de voeten aan de grond. Ik zei: "Als kabouters het zat zijn doen ze hun armen wijd en doen ze een vliegtuig na." De kinderen dreven op hun buik. De kinderen werden enthousiast en bedachten allerlei kunstjes erbij. En toen zei ik het woordje 'niet': "Dat kunnen jullie niet." Maar dat maakte de kinderen alleen maar meer enthousiast. Ik had mijn doel bereikt, want alle kinderen konden drijven aan het einde van de les en hadden veel plezier.

Roland: We hebben een diverse populatie in ons zwembad. Er zijn kinderen die nooit eerder in een zwembad zijn geweest, maar ook kinderen die heel regelmatig met hun ouders zwemmen.

Jiska: Met een groep kinderen die nog nooit een zwembad van binnen hebben gezien, begin ik niet meteen met de stuurkaarten. Dat zou een te grote omschakeling zijn. Deze kinderen voelen zich in het begin vaak te onzeker in het water, om zelfstandig aan de slag te kunnen.

Maarten: De manier waarop kinderen gewend zijn hoe met hen wordt omgegaan, kan ook een reden zijn om je aan te passen. Kinderen die op een school zitten waar veel orde en discipline heerst en waar weinig vrijheid is voor kinderen, laat ik ook niet heel vrij tijdens schoolzwemmen. Ze gaan dan gek doen, want ze zijn die vrijheid niet gewend.

Jiska: Voor deze kinderen zijn vaste afspraken en patronen eerst belangrijk. Dat zijn ze gewend. Voor kinderen is het heel gek als ik ineens op een heel andere manier reageer. Het gaat ook om inleven in de situatie waarin kinderen opgroeien en je stijl aanpassen. Daarna kun je gaandeweg steeds een beetje meer vrijheid bieden.

Overdragen aan collega's

Maarten: Drie weken geleden sprak ik met een collega over het woordje 'niet'. De collega zei: "Mag ik dan niet zeggen dat hij dat niet mag doen?" Ik zei: "Precies, je kunt wel zeggen wat hij wel moet doen." In eerste instantie vond de collega het vreemd en een beetje onzin. Toen kwam hij bij een les van mij kijken en toen deed zich een situatie voor. De kinderen zaten op de rand en begonnen met hun benen te spetteren. Je bent geneigd te zeggen: "Doe dat niet, houd er eens mee op!" Ik pakte een bal en zei: "Trappel maar heel hard met je benen en probeer de bal maar naar de overkant te drijven met je golven." Die vorm werd verweven met de les, want dat trappelen moesten ze ook oefenen met de borstcrawl. De collega kwam de week daarna naar me toe en zei: "Ik heb het ook eens geprobeerd en het werkt echt!"

Roland: We hebben geen plan bedacht om de andere leraren ook deelgenoot te maken van de ErvaringsGerichte aanpak. We hebben dertien zwemleraren. We geven met zes mensen tegelijk les. Dan zijn we dichtbij elkaar in het bad en zien we dingen van elkaar. En ze horen ons erover praten. Ze worden vanzelf nieuwsgierig en dat maakt dat ze het ook willen proberen. Jiska: Ze zien wel dat we dingen anders doen, maar weten niet wat het idee erachter is. Ze komen nog niet uit zichzelf vragen: "Waarom zeg je dat of hoe komt het dat je het zo doet?"

Roland: Ik denk dat geleidelijk de collega's erin meenemen, goed werkt. Nu zien ze van ons hoe leuk het is en worden ze vanzelf enthousiast. Ik denk dat bij elkaar zitten en zeggen: "Zo gaan we het doen", weerstand oplevert.



Jiska: Dan geef je mensen het gevoel dat ze het nu fout doen en dat ze moeten veranderen om het goed te doen. Als je net als bij de kinderen nadruk legt op wat ze goed doen en wat ze kunnen doen om het te verbeteren, zullen ze wel meegaan, verwacht ik.

Maarten: Ik denk ook dat het misschien niet bij elke leraar past. Voor sommige zwemleraren kan het moeilijk zijn om naar de belevingswereld van het kind te gaan.

Wat we willen bereiken

Maarten: We hebben om de acht weken kijkles. Enkele ouders zeiden iets over mijn aanpak, maar die reacties waren meer gericht op het resultaat dan belevingsgericht. "Ik vind het heel goed dat je groepjes maakt, zodat je mijn kind beter kunt begeleiden." Ik hoop dat ouders straks gaan zeggen: "Wat leuk dat de kinderen het zo leuk vinden."

Roland: Plezier en betrokkenheid is het belangrijkste, maar zwemmen leren binnen bepaalde tijd ook. Waar we zelf eerst ook een beetje bang voor waren is het tempo. Gaat leren zwemmen nu niet langer duren? Hoewel we nog niet een hele periode tot het afzwemmen zo hebben gewerkt, ben ik daar niet meer bang voor. Ik zie wat kinderen nu al hebben bereikt en dat is heel veel.

Maarten: Zwemmen leren met plezier. Het plezier gaat heel erg omhoog merk ik aan de interactie met de kinderen. En misschien duurt het dan een beetje langer, als ik zie hoeveel plezier de kinderen hebben tijdens de zwemlessen, is het voor mij de moeite waard.

Jiska: Zwemmen leren zonder stress, voor kinderen, ouders en leraren. Ik werk hier met heel veel plezier. De sfeer, de manier waarop we met elkaar omgaan. Het klopt hier gewoon. Dat stralen we als team uit. Kinderen merken dat ook. Als je plezier en rust uitstraalt is er weinig nodig om een klik met de kinderen te krijgen en van daaruit te werken.



DE FEITEN:

Zwemschool 'Fletiomare' staat in De Meern (Utrecht)

Contact:

Zwembad Fletiomare
Burgemeester Middelweerdplaats 1
3454 HG De Meern, Utrecht
Telefoon 030-2862300
Email: Fletiomare@utrecht.nl

Roland van Vliet: r.van.vliet@utrecht.nl

Site: via www.utrecht.nl
(toerisme en vrije tijd ->sport->zwembaden->Fletiomare)

Concept E.G.Z.O. is direct afgeleid van het
ErvaringsGericht Onderwijs

Criteria:

Welbevinden en Betrokkenheid

3 Pijlers:

- 1. Vrij initiatief**
- 2. Rijk milieu**
- 3. Ervaringsgerichte dialoog**

Betrokkenheidverhogende factoren:

- 1. Goede sfeer en ontspannen relaties**
- 2. Op eigen niveau kunnen werken**
- 3. Werkelijkheidsnabijheid**
- 4. Intensiteit in de activiteiten**
- 5. Vrij initiatief**

Ingrid van Reede van Oudtshoorn

Ingridvanreede@xs4all.nl

