

'Kinderen voelen zich vaak kwetsbaar in de zwemles'

De zwemleraar begeleidt kinderen doorgaans slechts een korte tijd, doelgericht op weg naar een zwemdiploma. Daardoor is het niet altijd gemakkelijk om leerlingen goed te leren kennen. En juist dat kennen is noodzakelijk, zeker als ze zich niet naar verwachting gedragen. Pedagoog Simone Mark over kwetsbaarheid, het lezen van lichaamstaal, het geven van aandacht en aanraken.

Natuurlijk zijn de mogelijkheden beperkt wanneer je één of twee keer in de week een zwemles geeft. Dan is het soms lastig om intensief contact te leggen. Vooral als de groepen groot zijn. Simone Mark van het Centrum Pedagogisch Contact (CPC) heeft genoeg praktijkverhalen gehoord en kent de dilemma's. Met de didactische vaardigheden van de gemiddelde zwemdocent is niets mis, maar hoe stel je kinderen op hun gemak in een voor hen vreemde omgeving? Mark houdt zwemdocenten graag een spiegel voor. "Kinderen hebben behoefte aan een veilige omgeving. Maar als ze voor de eerste keer naar een bad komen, voelen ze zich vaak juist kwetsbaar. Het water is voor hen vreemd, de ouders zijn er niet bij of bevinden zich op afstand en de kinderen staan in hun zwemgoed. Ook de impact van dat laatste mag je als zwemdocent nooit onderschatten." De lichaamstaal van kinderen bij hun eerste zwemlessen maakt volgens Mark veel duidelijk. Maar dan moet je als zwemdocent die non-verbale taal wel goed kunnen lezen. "Je ziet kinderen vaak houvast zoeken, aan een muur of aan elkaar. Ze zoeken letterlijk steun in een omgeving die voor hen niet vertrouwd is."

Oplazen

Voor zwemleraren is het gedrag van kinderen niet altijd eenvoudig te begrijpen. Elk kind reageert ook anders, hoewel Mark vaak wel dezelfde patronen ziet. "Sommige kinderen zitten echt op slot, met een lijf dat stram staat van de spanning. Anderen proberen zich onzichtbaar te maken en verstoppen

zich achter andere kinderen. En je hebt de groep die zich juist gaat opblazen en zich verschuilt achter een grote mond, hun fysieke onrust kan in de lessen verstoring werken. Maar het zijn allemaal verschillende gedragingen die voortkomen uit dezelfde basis: kwetsbaarheid." Van de zwemdocent vraagt het volgens Mark extra pedagogische vaardigheden. "Je moet door het gedrag heen leren kijken. En met een antwoord komen dat kinderen geruststelt." Op het juiste moment de goede dingen zeggen is echter niet iedereen gegeven. Dat heeft Mark in de praktijk vaak gezien. "Een open en ontspannen houding is nodig om contact te krijgen met het kind. Maar iedereen neemt zijn of haar verleden met zich mee, in elk contact. Die vroegere ervaringen zetten zich onbewust vast in het hoofd en zorgen voor patronen in je communicatie. Ze bepalen je reactie richting een kind, gewoon omdat het gedrag je herinnert aan een vergelijkbare situatie uit het verleden." Je moet daarom volgens Mark voortdurend kritisch zijn op jezelf. "Hoe kom je een ruimte in? Wat straalt je uit? Jouw gedrag bepaalt het gedrag van de leerling."



Aanraken

Wat vandaag de dag meer dan ooit meespeelt en een complicerende factor vormt, is de angst om aan te raken. De vrees om als zwemdocent van ongewenst gedrag te worden beschuldigd kan remmingen veroorzaken. Mark heeft er met veel zwemdocenten over gepraat. "Fysiek contact voegt iets toe als het gaat om een kind op het gemak te stellen. Even een hand op een schouder of een kleine aanmoediging, zo'n gebaar kan juist het verschil maken. Mijn indruk is dat de meeste zwemdocenten zich niet laten afschrikken. Ze werken in open ruimtes en iedereen kan hen zien. Ze willen niet met de handen op de rug lesgeven." Omgekeerd zijn er soms de aanrakingen van het kind dat houvast zoekt. Hoe ga je daar mee om? "Natuurlijk is het een dilemma. Ook door het lengteverschil met het kind geeft het vaak een ongemakkelijk gevoel. Belangrijk is dat je in je eerste reactie het kind ontvangt. Het zoekt steun en juist dan een kind afweren is een verkeerd signaal. Wel is het zaak om zo snel mogelijk op ooghoogte te komen. Vervolgens zijn er genoeg technieken om fysiek afstand te scheppen, zonder dat het kind zich afgewezen voelt."

Zelfvertrouwen

In een goede zwemles gaan plezier en presteren hand in hand. In de praktijk valt het echter lang niet altijd mee. De kwaliteit van de interactie schiet op dat soort momenten tekort. "Kinderen moeten zich verbonden voelen met hun zwemdocent. Maar kinderen hebben ook behoefte aan een zekere autonomie. Ze willen zeggenschap over zichzelf hebben. Je moet ze dus laten meedenken, waar dat kan. En wat ook belangrijk is: kinderen willen het gevoel hebben dat ze vooruit gaan en het goed doen. Ze hebben positieve feedback nodig. Daardoor neemt hun zelfvertrouwen toe." Nog iets wat Mark vaak ziet, is de met aandachtverdeling spartelende zwemdocent. "Het is een misvatting om iedereen in

de les evenveel aandacht te willen geven. Dat is helemaal niet nodig. Het ene kind heeft genoeg aan een complimentje op z'n tijd en redt zichzelf prima. Anderen hebben juist wél die behoefte aan intensieve begeleiding. Pedagogische differentiatie hoort erbij."

Afzwemmen

Op de juiste manier omgaan met kinderen betekent volgens Mark soms ook dat protocollen moeten worden losgelaten. "Je moet als docent ook het vertrouwen hebben, en de ruimte krijgen, om je eigen intuïtie te volgen. Regels zijn nodig, tot op zekere hoogte, maar ze kunnen ook remmend en contraproductief werken." Mark pleit ook voor een andere inrichting van het diplomazwemmen. "Het afzwemmen is een toetsmoment dat bij kinderen heel veel spanning oproept. In mijn beleving zou het veel meer een feestelijke activiteit moeten zijn. De leerling heeft zijn zwemvaardigheden in de lessen al voldoende bewezen. En ontwikkeling is een continu proces, het is nooit af. Afzwemmen neemt veel plezier weg en zorgt voor onnodige stress. Daardoor kan ook de motivatie om te blijven zwemmen na het diploma afnemen. En dat is natuurlijk erg jammer voor het kind en voor het zwembad."

Simone Mark is auteur van het standaardwerk Pedagogisch Contact en geeft op de Zwembadbranche Dag een workshop over het omgaan met kinderen.