

Hoe leg je de lat hoog zonder druk te zetten?

“Hoge verwachtingen helpen leerlingen om te excelleren”, stelt professor Maarten Vansteenkiste (UGent). “Maar dat is geen synoniem van prestatiedruk.”

Dat leerlingen dieper gebukt lopen onder prestatiedruk dan vorige generaties boekentasdragers, dat kan professor en voetbaltrainer Maarten Vansteenkiste niet met cijfers staven. Wel merkt hij dat kinderen opgroeien tussen de cijfers - leerlingen voelen zich ingeblikt door te veel toetsen en taken - en dat de prestatiedruk vanuit verschillende hoeken komt.



© Eva Vlonk

“Van ouders bijvoorbeeld. Die schatten hun kinderen soms verkeerd in”, zegt Maarten Vansteenkiste. “Kijk naar het jeugdvoetbal. Zo’n wereldspeler als Eden Hazard wordt niet ieder jaar geboren, zelfs niet elk decennium. Maar nogal wat ouders denken dat zijn opvolger vandaag in hun achtertuin dribbelt en pushen hun kind. Hobby’s - kinderen hebben er vandaag steeds meer - zijn minder vrijblijvend. Ze kunnen maar een vaardigheid opleveren voor later. Terwijl kinderen zich ook moeten kunnen verliezen in activiteiten die niet nuttig zijn voor hun ‘carrière’. Muziek spelen, gewoon om de schoonheid of kunstacademie volgen voor het plezier van het creëren. Ook op school trouwens: we moeten **niet alles vertalen in cijfers.**”

“Plus: een pak ouders verbindt zijn eigenwaarde deels aan de prestaties van hun kinderen. Pas als hun rapporten blinken, zijn ze geslaagd als ouders. Ze moeten zich bewijzen tegenover hun vrienden, familieleden of burens en spelen de druk door naar hun kinderen.”

“Ook sociale media zorgen voor druk. Jongeren bouwen online non-stop aan een identiteit. En krijgen ook daar instant feedback in cijfers. Veel likes bevestigen hun prestaties, strelen hun imago en eigenwaarde. Een schijnbeeld levert op sociale media soms meer op dan een eerlijke post. Al durven steeds meer jongeren authentiek zijn. Maar ook dan voelt het aantal likes als een waardeoordeel.”

Hebben leerlingen geen dosis prestatiedruk nodig om te excelleren?

Maarten Vansteenkiste: “Nee. Ik pleit ervoor om de lat hoog te leggen door hoge maar **realistische verwachtingen** uit te spreken. Dat is vaak dansen op een slappe koord. Want je kan de lat ook te hoog leggen en druk creëren als je te grote pakken leerstof aan een razend tempo doordruwt. Ook als je je pas tevreden toont wanneer leerlingen je hoge standaarden bereiken, en tussendoor niet de progressie waardeert, voelen ze druk. En zeker door ze te verpletteren onder een doorgeslagen toetsensysteem.”

“Sommige leerlingen krijgen tot 350 toetsen per jaar: voortdurend kijken leraren over hun schouders om ze te evalueren. En thuis volgen hun ouders live op Smartschool hun toetsresultaten. Dan zit je als leerling gevangen in Big Brother. Motivatie wordt dan steeds vaker ‘moetivatie’. Maar dat fnuikt leerplezier en is geen goede voorspeller voor leerprestaties. Faalangst loert dan om de hoek. En toch zwaaien we met dalende PISA-resultaten en willen we meer druk zetten zodat ze excelleren. Paradoxaal toch?”

“Voor alle duidelijkheid: leerlingen zijn gebaat bij een hoge lat. Alleen zo prikkel je ze om een stap vooruit te zetten. Net zoals een tennisser liever speelt tegen een iets sterkere tegenstander. In die match liggen leerkansen. En als zijn coach hem vervolgens **gerichte, taakspecifieke feedback** geeft en maatwerk aanbiedt, maakt hij nog meer progressie. Dat geldt ook voor leerlingen.”

Hoe kan je leerlingen naar een hoger niveau krijgen zonder dat ze te veel prestatiedruk voelen?

Maarten Vansteenkiste: “Als leerlingen geïnteresseerd en geboeid zijn, zoeken ze meer uitdagingen op en leren ze meer. Door **leerstof relevant te maken**, groeit hun autonome motivatie. Dat doe je door lessen aan te sluiten bij hun leefwereld of bij de

actualiteit. Maar dat betekent niet dat leraren alle lessen moeten ‘opleuken’ of

moeilijke opdrachten moeten ontwijken.”

“Als we kinderen stimuleren om de beste versie van zichzelf te worden, dan slaagt onderwijs in zijn missie”

Maarten Vansteenkiste - UGent

“Als een kind moeite heeft met rekenen, wil het meestal zelf, net als zijn klasgenoten, alle taken toch maken. Valideer wel zijn perspectief en minimaliseer de last niet. Besef dat het niet voor iedereen even snel gaat en zoek uit hoe – met welke hulpmiddelen, in welke volgorde – een leerling nieuwe stappen kan en wil zetten.”

“Tegelijkertijd kan je je leerlingen helpen om hun **intern kompas te ontwikkelen**. Zodat ze weten wat hun sterke punten en mogelijkheden zijn, wat ze boeiend en relevant vinden. Dan zullen kinderen zelf ook hoge ambities koesteren en niet tevreden zijn met zesjes. Als we kinderen stimuleren om de beste versie van zichzelf te worden, dan slaagt onderwijs in zijn missie. En wordt zo’n kind dan een uitstekende bakker of prima prof? Dat speelt totaal geen rol.”

Maar wat dan met die zesjescultuur? Hoe ga je als leraar om met jongeren die hun potentieel niet benutten?

Maarten Vansteenkiste: “De zesjescultuur is sterk waardegeladen. Alsof leraren onderpresterende leerlingen tolereren en niet hun uiterste best doen om het beste uit kinderen te halen. Een holle oproep tegen de zesjescultuur en eisen dat iedereen zijn best doet, volstaat niet om zogenaamd zelfgenoegzame leerlingen in gang te krijgen.”

“**Onderzoeken wat ze tegenhoudt**, helpt wel. Hebben ze te veel naschoolse activiteiten? Zijn ze schoolmoe? Zien ze niet in waarom ze moeten voldoen aan hoge verwachtingen? Pas als leerlingen zelf ambities koesteren, schuift die lat van 6 naar een 8, of hoger. Zonder dat het cijfer voor hen het doel is. Het is een wenselijk

neveneffect van hun stijgende motivatie.”

Moeten scholen kinderen niet leren omgaan met prestatiedruk?

Maarten Vansteenkiste: “Het is al te naïef om te denken dat kinderen op school onder druk zetten volstaat om ze later met sterke schouders in de samenleving te laten stappen. Geen enkele studie toont aan dat kinderen die les volgen in een controlerend schoolklimaat – veel druk, weinig plek voor autonomie, overleg en creativiteit – meer veerkracht ontwikkelen en vaker excelleren. Maar dat is wel wat critici roepen. En zo legitimeren ze de vraag naar meer prestatiedruk op school.”

“Nee, we moeten leerlingen **strategieën aanleren om met druk om te gaan** en veerkrachtig te worden. Want door de druk gewoon op te voeren, ontwikkelen ze niet de vaardigheden om ermee om te gaan. En al helemaal niet de woorden en de durf om te vertellen over hun faalangst. Of om te signaleren dat ze onder de druk bezwijken.”

© Eva Vlonk



“Het is naïef om te denken dat kinderen op school onder druk zetten volstaat om ze met sterke schouders in de samenleving te laten stappen”

Hoe merk je op tijd dat een leerling verkramppt onder

prestatiedruk?

“Kinderen proberen dat vaak te verbergen voor de buitenwereld, maar je kan wel **fysieke signalen** onderscheppen: angst, afwezigheid, contact vermijden. Niet makkelijk te detecteren in je overvolle klas. Daarom ben ik voor kindgesprekken, los van rapporten of evaluaties. Leraren en leerlingen samen aan tafel, praten over hoe een kind zich voelt. Dan merk je snel op wat een kind in je klaslokaal wel kan verbergen.”

Hoe reageer je het best als een kind vastloopt?

Maarten Vansteenkiste: “Vraag waar de prestatiedruk vandaan komt. Legt een leerling die zichzelf op? Speelt er onderhuids faalangst of een gebrek aan eigenwaarde? Of komt de druk van buitenaf, of van de school: omdat de lat te hoog ligt, waardoor het prestatiedruk wordt in plaats van een uitdaging? Ga ook samenzitten met collega's en ouders. Daarna kan je aanpassingen doen: het ritme van taken en toetsen vertragen zodat het kind weer mee kan en vertrouwen opbouwt, of extra individuele of klasgesprekken plannen. Of gespecialiseerde hulp inschakelen.”

“Misschien kan je als leraar in elk semester **2 jokers uitdelen**. Een leerling die naar adem moet happen, speelt die dan uit en mag een aantal taken tijdelijk uitstellen. Zo leer je leerlingen zich kwetsbaar op te stellen, in plaats van stilletjes te vechten tegen zichzelf.”

“Die jokers zijn meteen ook het signaal om na de les met de leerling te praten. Ze verlagen de drempel voor leerlingen om contact te leggen met hun leraar, voor leraren om signalen op te pikken. Want als een leerling crasht, zeggen leraren soms: ‘Ik heb helaas de signalen niet gekregen’. Daarom is het cruciaal dat leraren voldoende ruimte en veiligheid inbouwen zodat kinderen de signalen kunnen uitzenden.”

In 4 weken naar beter klasmanagement?

Schrijf je in voor de gratis online tipreeks en krijg in je mailbox:

- ✓ inspirerende praktijken van collega's
- ✓ strategieën om te proberen bij jouw leerlingen
- ✓ kant-en-klare tools

Ja, ik wil deze tipreeks ontvangen
(/nieuwsbrieven/tipreeks-
klasmanagement/)