

AEFKE
TEN HAGEN

HELP!

KIND NAAR DE BRUGKLAS
- ZO OVERLEEF JE HET
(ENIGSZINS)

PEPPER
BOOKS

Inhoud

Voorwoord door Sem van der Horst	7
Inleiding	10
Voor de start: voorbereiding en valse rust	15
> De rugzak die meer weegt dan je kind <i>en het begin van de brugklas</i>	17
> Plannen en organiseren: <i>in theorie heel haalbaar</i>	25
De landing: de eerste weken op school	35
> De docent: <i>vriend, vijand of misverstand</i>	37
> De schoolapp: <i>Big Brother in je broekzak</i>	45
> Huiswerk: <i>'Dat doe ik zo,' of: 'Jahaaa...'</i>	51
> Bijles en huiswerkbegeleiding: <i>wanneer 'even helpen' structureel wordt</i>	59
Sociaal: vriendschap, status en stress	69
> (Nieuwe) vrienden: <i>van BFF tot WhatsApp-stilte</i>	71
> Pesten, buitensluiten en ruzies: <i>wanneer moet je ingrijpen?</i>	79
> Online vriendschap: <i>het schoolplein sluit niet om 15.15 uur</i>	91
> Verliefdheden en drama's: <i>tussen getver en vlinders</i>	101

Nur 370/400 / PF052601

Bisac HUM015000 / HUM025000 / FAM043000

© MMXXVI Pepper Books

© MMXXVI Tekst: Aefke ten Hagen

© MMXXVI Illustraties: Jan Peeters

Vormgever omslag: Margo Togni

Opmaak binnenwerk: Studio L.E.O.

Alle rechten voorbehouden, inclusief het recht van reproductie in zijn geheel of in gedeelten, in welke vorm dan ook. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk verboden.

Pepper Books is een imprint van Uitgeverij Kluitman Alkmaar B.V.

pepperbooks.nl



Thuisfront: telefoon, geld en groeispurt	109
> Social media en telefoongebruik: <i>influencer met 14 volgers</i>	111
> Zakgeld en andere verdwijnerschijnselen: <i>over zakgeld met een korte levensduur</i>	119
> Groei, de plotselinge reus in je huis: <i>over te lange benen en te korte broeken</i>	127
Als het misloopt: cijfers, consequenties en grote woorden	135
> Gedoe op school <i>en de kunst van niet meteen in paniek raken</i>	137
De wereld ligt open	153
> De wereld staat in brand <i>terwijl de brugklas gewoon doorgaat</i>	155
> Tot slot: <i>de brugklas-survivalkit voor ouders</i>	165
Geraadpleegde literatuur	172

Voorwoord door Sem van der Horst

Beste ouders van Brugklas-Nederland,

Jullie zullen ook wel denken: jee, mijn kind gaat al naar de brugklas. Voor je gevoel is-ie pas net geboren, poepte een keer in een pampers, leerde praten, scoorde een keer bij de F'jes, en nu gaat-ie ineens naar de brugklas? Wat vliegt de tijd. Prima hoor, als jullie dat denken, maar wij (ex-)bruggers hebben echt geen zin in dat sentimentele gezeik, dus hou dat effe lekker voor je.

Dit eerste jaar zullen er flink wat dingen veranderen. In deze brief zal ik kort samenvatten wat je kunt verwachten:

Iedereen kan het zich vast nog wel herinneren, de eerste dag op de middelbare. In de zomer was je er vast met je ouders naartoe gefietst zodat je de weg al wist, maar nu stond je daar toch echt helemaal alleen, voor een nieuw gebouw, met nieuwe docenten en allemaal nieuwe kinderen. En de kinderen van de hogere klassen waren, voor je gevoel, toch wat groter dan je gedacht had. Best spannend, zo'n heel nieuwe school – al zeggen we soms stoer van niet.

De eerste weken zijn het spannendst. Je moet nieuwe vrienden maken en de weg zien te vinden in dat enorme pleurisgebouw. Je moet erachter komen welke docenten leuk zijn – maar de meeste blijken al snel zelfingenomen hufters die naar filterkoffie stinken.

Kortom: je moet even je draai vinden.

Door al deze veranderingen zullen wij bruggers waarschijnlijk ook een beetje gaan veranderen. We gaan ons gedrag aanpassen aan de vrienden met wie we omgaan, om er toch een beetje bij te horen. Want om de hele dag in je eentje door te brengen op school, daar is ook geen ene reet aan.

We zullen dus waarschijnlijk op zoek gaan naar nieuwe kleren, nieuwe schoenen, we zullen zeuren om een nieuwe telefoon en we zullen ons wellicht wat stoerder gaan gedragen. Want we zijn ten-slotte geen baby's meer. We zitten nu namelijk op de middelbare school, snap je? Het echte werk is begonnen.

Wat wij trouwens héél cringe vinden, is als ouders ons proberen na te doen, zodat we jullie misschien ineens heel cool gaan vinden of zo. Het is dus absoluut niet de bedoeling dat als wij thuiskomen, je gelijk begint met: 'Ewa fakka niffo drerrie, hoe was het op skoeloe?'

(Vertaald: 'Hé, goeie dag, kornuit, hoe was het op het voortgezet onderwijs?')

Praat gewoon effe normaal. Denk je dat je grappig bent, ouleh?

We zullen ons wel meer tegen jullie afzetten, hoor. Schrik daar niet van. We weten namelijk dat we, na een eventuele ruzie met jullie, toch wel van elkaar blijven houden. We weten dat jullie ons accepteren om wie we zijn. Als we ons op school zouden afzetten tegen die populaire jongens of meisjes kan ons leven daar wel eens klaar zijn. Da's best vervelend, dus dat doen we maar niet. Nee, ons afzetten, daar hebben we jullie nou voor! Best handig.

Of dat leuk voor jullie is? Nee, waarschijnlijk niet! Maar je doet het er maar even mee.

Waar we ook echt geen zin in hebben, is dat als we net uit school komen, jullie gelijk met een stormvloed aan vragen op ons afkomen: hoe was je dag? Nog een cijfer terug voor wiskunde? Deed meneer De Jong vandaag wel een beetje normaal? Hier zitten we echt niet op te wachten, dus waarschijnlijk zeggen we alleen: ja, prima. We zijn gewoon moe, oké? De hele dag hebben we weer naar dat saaie gelul over de stelling van Pythagoras en hunebedden moeten luisteren. De verhalen over wat leuk of minder leuk was, komen echt wel een keer. Vaak bij het avondeten of in het weekend of zo, maar laat ons even vijf tellen met rust!

Eigenlijk gaan jullie ook naar een soort brugklas. Veel dingen zullen nieuw voor je zijn, over ons veranderende karakter en hoe we soms op bepaalde dingen reageren. Je hebt misschien geen idee hoe je daarmee om moet gaan.

Mijn tip voor jullie is: doe vooral lekker rustig, blijf jezelf en dan komt het allemaal goed.

Ons leven verandert al zó op die nieuwe school, dus laat thuis gewoon lekker thuis. Dat voelt lekker oud en vertrouwd. Heerlijk.

Thanks voor het lezen, niffo's.

Met vriendelijke groet,

Sem van der Horst (een ex-brugklasser)

Inleiding

Als je kind naar de brugklas gaat, verandert er iets fundamenteels in je leven als ouder. Op de basisschool wist je ongeveer waar je kind was en wat het deed. Je kind ging naar school, kwam weer thuis, moest af en toe voor een topo-toets leren en had verder vooral tijd om buiten te spelen en zijn gymtas te vergeten. Het was overzichtelijk. In de brugklas verandert dat. De middelbare school betekent: elke dag aan de bak. Meerdere vakken, verschillende docenten, huiswerk dat dagelijks terugkomt, toetsen die meetellen en een overvolle agenda.

Ik heb twee zonen en in dit boek put ik vooral uit mijn ervaringen als jongensmoeder. Eén van mijn zoons zit al in de brugklas, de ander gaat er volgend jaar naartoe. Mijn jongste heeft door zijn oudere broer al door wat er gaat gebeuren en kijkt ernaar alsof het een combinatie is van een avontuur en een milde aardverschuiving. En ik was zelf natuurlijk ooit een brugklasser. En eerlijk: een niet al te makkelijke. Bovendien heb ik ooit, vers van school, gewerkt op een leefgroep met tien jongeren. Dat waren geen pubers die je met een goed gesprek of een beloningssysteem op het rechte pad kreeg. Dit waren brugklassers met een brandslang. En die brandslang was voor hen geen noodvoorziening, maar een experiment. Er zit water in, er zit druk op en er is een lange gang. Dan kom je er vanzelf achter dat ‘alleen bij brand gebruiken’ geen waterdicht concept is. Binnen de kortste keren is alles

nat en niemand kijkt echt verbaasd op, behalve de volwassenen die dit soort dingen altijd nét iets te laat zien aankomen.

Na dat jaar op de leefgroep ben ik psychologie gaan studeren. Tijdens mijn studie bleef ik invalwerk doen op verschillende leefgroepen en zo hield ik contact met jongeren. En ik kwam erachter dat ik jongeren hartstikke interessant vind, vooral omdat ze zelden om de hete brij heen draaien. Ze kijken, ze denken en voor je het weet krijg je de ongefilterde versie. Uiteraard geldt dit niet voor alle brugklassers, ik zeg het wat ongenueanceerd. Maar over het algemeen is dit mijn ervaring. Hun directheid is geen botheid, maar een brein dat ineens harder gaat draaien dan hun diplomatie kan bijbenen. Dat hoort allemaal bij de levensfase waar ze in zitten: de vroege adolescentie. Voor brugklassers geldt dat ook: ze denken nog niet veel na over wat ze doen, worden wat meer gesloten naar volwassenen en zijn erg ontvankelijk voor wat hun leeftijdsgenoten doen.

Toen ik zelf net kinderen had, was dat allemaal toekomstmuziek. Ze waren nog klein en ontwapenend. Maar hoe ouder ze werden, hoe kritischer ze waren over ons, hun ouders. En op een gegeven moment hoorde ik mezelf zinnen zeggen die ik vroeger alleen in een professionele setting uitte: Doe die telefoon weg. Heb je geen huiswerk? Zo praat je niet tegen mij. Zinnen die er soms sneller uitkomen dan mijn geduld kan bijhouden.

Dit boek is geschreven vanuit liefde, lichte paniek en het hardnekkige gevoel dat ik dit allemaal eigenlijk al had moeten weten. Ik schrijf over brugklassers zoals ze zijn: grappig, ingewikkeld, gevoelig, luidruchtig, intens en af en toe ronduit vermoeiend. Over de brugklas

als een overgangsgebied waar niemand je echt op voorbereidt. Over ouders die hun best doen, zich zorgen maken en zich ondertussen afvragen of ze niet ergens een fundamentele opvoedfout hebben gemaakt.

Dit boek is geen handleiding en geen stappenplan. Het is een verzameling observaties, ervaringen en gedachten, verpakt met humor en mildheid. Ik schrijf als jongensmoeder, dus niet iedereen zal zich hier één op één in kunnen vinden. Maar ouders herkennen het geworstel met een brugklasser allemaal. Alleen niet op precies dezelfde manier. De kern blijft hetzelfde: je bent niet gek, je kind is niet lastig en dit hoort er allemaal bij.

En dan nog even dit. De ene brugklasser is de andere niet. Echt niet. Het is geen IKEA-kast waarbij je kunt zeggen: alle onderdelen zitten erin, even in elkaar draaien en klaar. Middelbare schoolervaringen schieten alle kanten op. Niet iedereen wordt geschorst. Niet iedereen heeft huiswerkbegeleiding nodig. En nee, niet iedereen komt thuis met een rapport waar je spontaan van gaat knippen omdat alles boven de negen zit. Er zijn kinderen die struikelen, kinderen die zich groot houden, kinderen die een beetje verdwalen. En er zijn er ook die ineens denken: hé, dit is eigenlijk best mijn plek. Die opbloeien tussen allemaal nieuwe gezichten, alsof ze per ongeluk in de juiste film zijn beland. Je kunt gepest worden, dat is de rauwe kant. Je kunt zelf ook onderdeel worden van dat gedoe, laten we daar niet ingewikkeld over doen. Maar je kunt dus ook voor het eerst aansluiting voelen. Dat je kind thuiskomt en zegt: 'Het was leuk vandaag.' En dat je dan even

stilvalt, omdat je dat woord een tijdje niet had gehoord. En ja, die ene vertrouwde juf of meester is weg. In plaats daarvan: elk uur iemand anders. Een soort carrousel van volwassenen. Soms klikt het totaal niet en vraag je je af hoe diegene ooit voor de klas is beland. Maar soms zit er iemand tussen die gewoon even vertelt hoe zijn eigen route liep. Geen groot verhaal, gewoon eerlijk. En precies dat blijft hangen. Dat je kind denkt: zo kan het dus óók gaan.

Welkom in de brugklas.

Aefke ten Hagen



Voor de start:
voorbereiding en
valse rust

De rugzak die meer
weegt dan je kind
en het begin van de brugklas



Voor mij kwam het besef niet bij de Cito of het afscheid van de juf en zelfs niet bij het eerste puistje. Het kwam op een ochtend, toen mijn oudste zijn brugklasrugzak voor het eerst op zijn rug hees. Hij deed een stap naar voren, verloor zijn evenwicht en moest zich herstellen om niet achterover te vallen. Alsof zijn lichaam even moest onderhandelen met het gewicht.

Ik stond erbij en keek ernaar. Niet omdat ik twijfelde of hij het zou redden, maar omdat ik ineens zag hoe groot deze stap was. Dit was niet meer het rondje naar de basisschool. Dit was de hele stad door. Drukke kruispunten, stoplichten waar hij zelf op moest letten, stukken waarvan ik hoopte dat hij ze zou vermijden. Geen ouder meer die naast hem fietste. Hij ging alleen. Of eigenlijk: met vrienden, wat in mijn hoofd ongeveer hetzelfde voelde.

Daar ging hij. Met boeken voor vakken die ik zelf nooit had gehad, een rekenmachine waarvan hij de helft van de knoppen niet gebruikte, een etui met twintig pennen die binnen drie weken allemaal zouden verdwijnen en een lunchtrommel die vrijwel onaangevoerd weer mee naar huis zou komen. Alles zat in die tas. Te veel misschien. Maar dit moest hij dragen.

‘Zal ik even helpen?’ vroeg ik.

‘Nee, mam, gaat prima.’

Hij meende het. Hij stapte op en reed weg, zonder om te kijken. En ik bleef staan, langer dan nodig. Niet omdat ik dacht dat het mis zou gaan, maar omdat ik wist dat ik dit voortaan niet meer zou doen: naast hem fietsen, waarschuwen voor dat ene kruispunt, zeggen dat hij moest afremmen. Dit was geen proefrit. Dit was voortaan zo.

De zoektocht naar de perfecte rugzak

Het begint altijd onschuldig. Je denkt: we kopen gewoon een tas. Een stevige, praktische tas. Iets wat tegen een stootje kan.

Je wijst er eentje aan met een vrolijk patroon.

‘Mam, serieus? Ik ga niet met dolfijnen naar school.’

Je probeert iets neutralers. Je kind loopt doelgericht naar de andere kant van de winkel.

‘Deze is van Eastpak. Iedereen heeft deze.’

Wat betekent: deze kost minstens 79,95 euro en er is een bijpassend accessoire dat absoluut noodzakelijk is voor de identiteit van je kind.

In de winkel sta je naast andere ouders die met dezelfde lege blik naar de tassenwand staren. Jullie weten allemaal: dit is geen gewone aankoop. Dit is een symbolische overdracht. Jij betaalt, zij kiezen.

Of je bestelt hem online. Dat lijkt makkelijker, tot de tas thuis komt en ineens ‘toch niet precies deze’ blijkt te zijn. Op het scherm klopte het nog. In het echt net niet. Iets andere kleur, andere vorm, gewoon... niet helemaal goed. En dus twijfel. Terugsturen of toch maar houden. Nog een keer kijken. Nog een keer passen.

Want soms zit het verschil niet in de tas, maar in het gevoel dat hij oproept.

Wat er standaard in een brugklasrugzak zit

- > minstens drie boeken die die dag niet nodig zijn en een grote laptop
- > een etui met meer pennen dan schooluren
- > een lege waterfles
- > iets wat ooit eten was
- > bij sommige kinderen een lading make-up (vaak uit de toilettas van de moeder)
- > één voorwerp waarvan niemand weet hoe het daar is gekomen

De tassen van de brugklasser

De gymtas

De gymtas is een verhaal op zich. Na twee weken heeft hij een eigen geur en karakter ontwikkeld. Je dacht ooit dat het handig was om die tas standaard in de hal te zetten, zodat hij niet vergeten wordt. Resultaat: je hal ruikt permanent naar sportvloer en hormonen in wording.

Op maandagochtend volgt steevast hetzelfde ritueel:

‘Waar is je gymtas?’

‘Geen idee.’

‘Heb je je schoenen erin gedaan?’

‘Welke schoenen?’

‘Je gym schoenen.’

‘O ja. Die liggen op school, denk ik.’

Je weet dat dit niet klopt. Die schoenen hebben inmiddels een eigen leven, waarschijnlijk ergens onder een bank in de gymzaal.

En dan zijn er de schriften. Met lijntjes, geen ruitjes, geen spiraal. Dat ene schrift dat vandaag écht nodig blijkt te zijn. Het is altijd donderdagavond. Altijd rond half negen. En altijd in de Hema.

Je herkent elkaar daar meteen: ouders met vermoeide ogen en mandjes vol noodspullen. Niemand zegt iets. Jullie knikken alleen. Broederschap op koopavond.

De rugzak

Misschien is het de vermoeidheid, of gewoon nieuwsgierigheid die zich eindelijk aandient en op een dag besluit je het te meten. Je zet de rugzak op de weegschaal. 17 kilo. Je kind weegt 45.

‘Dat is niet goed voor je rug,’ zeg je.

‘Maar ik heb alles nodig,’ zegt je kind.

Je kijkt in de tas en ziet boeken die vandaag niet gebruikt zijn, een onbekende gymbroek en een pak opengescheurde koekjes. Je zucht. En dan laat je het los.

’s Middags keert de tas terug. Hij wordt neergesmeten in de gang, met de kracht van een meteoriet. Zo ongeveer dan. Dat het altijd goed gaat met de laptop die in de rugzak zit, is een klein wonder.

‘Hoe was het?’

‘Gewoon.’

En ineens denk je: misschien hoort dit er gewoon bij.



Tips voor overleven in de eerste maanden van de brugklas

> **Investeer in ducttape**

Het houdt niet alleen spullen maar ook je humeur bij elkaar.

> **Leer het verschil tussen ‘kwijt’ en ‘weg’**

Kwijt komt terug. Weg is definitief.

> **Laat het idee van orde los**

Wat jij rommel noemt, is voor je kind een systeem.

> **Ontwikkel een neutrale gezichtsuitdrukking**

Voor als je om 21.00 uur hoort dat er morgen iets ingeleverd moet worden.

> **Gebruik humor als wapen**

Het is het enige duurzame middel.

> **Ga met je kind shoppen voor het brugklasfeest**

Voor veel kinderen is dit een serieus event.

> **Voor ouders van kinderen die zich graag opmaken**

Doe alsof je het normaal vindt dat je kind met een make-uplaag rondloopt waar je in noodgevallen ook een kleine scheur in de muur mee zou kunnen dichten. Het komt goed. Echt.

> **En onthoud: dit is tijdelijk**

Plannen en organiseren

in theorie heel haalbaar



Sommige ouders kunnen verrassend goed plannen. Die weten op zondagavond al wat er op woensdag op het programma staat. Die hebben overzicht, rust, mappen en een planbord in de keuken. Ik kijk daar soms met lichte bewondering naar, vanaf mijn eigen positie, ergens tussen drie volle wasmanden en een agenda waarin bij donderdag alleen staat: ‘iets met school’.

Het moment waarop ik besloot dat mijn kind echt moest leren plannen, was een avond waarop ik zelf om 20.58 uur nog een formulier invulde dat eigenlijk de dag ervoor al ingeleverd had moeten zijn, staand in de keuken achter een rommelig aanrecht, terwijl ik me afvroeg of ik de enige was die weer zo achter de feiten aan liep. Vijf minuten later riep ik naar boven dat het belangrijk was om dingen vooruit te plannen. Dat ging moeiteloos. Dat roepen.

Plannen is blijkbaar iets wat je uitstekend kunt uitleggen, ook als je het zelf niet altijd consequent toepast. Zeker als je kind net in de brugklas zit en ineens overzicht moet hebben over vakken, huiswerk en deadlines. Dan wordt plannen niet alleen een vaardigheid, maar ook een terugkerend gespreksonderwerp.

Veel ouders beginnen met structuur. Een agenda, een planbord, een vast moment om samen vooruit te kijken. Soms werkt dat verrassend goed. Sommige brugklassers varen prettig bij duidelijkheid en vinden rust in overzicht. Ze weten wat er van hen verwacht wordt en wanneer. Bij andere kinderen verloopt dat proces rommeliger. Het systeem is er wel, maar wordt selectief gebruikt. Afspraken verschuiven,

dagen blijven leeg en huiswerk belandt tijdelijk in de categorie ‘komt nog’. Dat zegt meestal weinig over motivatie en veel over hoe nieuw deze vaardigheid is.

Even de week doornemen

De agenda is een prachtig idee. Ooit bedacht door iemand die dacht dat twaalfjarigen vanzelf zouden plannen. Waarschijnlijk iemand zonder kinderen.

In het begin wordt hij nog gebruikt zoals bedoeld. Soms overzichtelijk, soms creatief. Sommige brugklassers maken er een kleurgecodeerd schema van waar een projectmanager warm van wordt. Anderen schrijven ‘bio’ en vinden dat voldoende context voor een heel hoofdstuk.

In veel gezinnen is er een gezinskalender. Die kan helpen, mits iemand hem leest. In sommige huishoudens lukt dat. In andere hangt hij er vooral decoratief bij, met pijlen, hartjes en mysterieuze notities als ‘19.30 uur belangrijk’. Niemand weet meer waarom.

En elke zondagavond klinkt dan de zin: ‘Zullen we even de week doornemen?’ Dat is het moment waarop een brugklasser spontaan moet plassen, dorst krijgt of zich herinnert dat hij boven nog ‘iets’ moest doen.

Als de brugklasser zegt: ‘Ik onthoud het wel,’ is dat meestal geen onwil. Het is vertrouwen. Brugklassers vertrouwen heilig op hun geheugen. Dat geheugen is ook best actief. Alleen het deel van het