

# DE 10 UITDAGINGEN VAN DE BUITENSPEELHELD



1 MET ELKAAR LEREN OMGAAN, ÉN OPKOMEN VOOR JEZELF



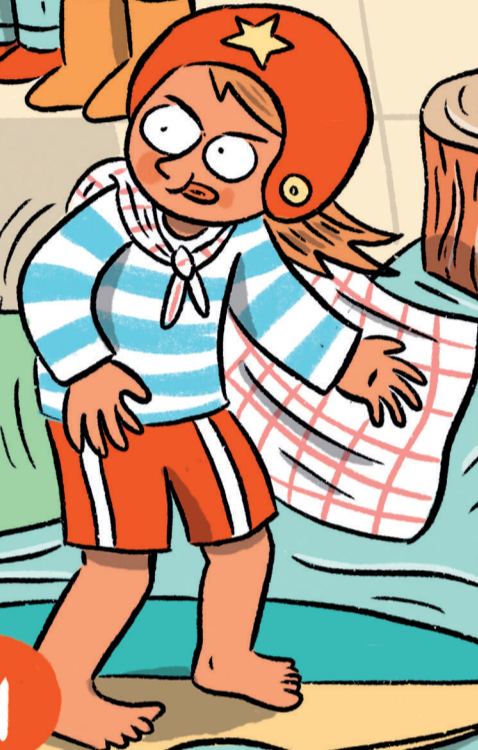
2 HET AVONTUUR OPZOEKEN, EN ZO RISICO'S LEREN INSCHATTEN



3 CREATIEVE OPLOSSINGEN VERZINNEN



4 ONTDEKKEN WAT JE GOED KAN EN GRAAG DOET



5 BEWEGEN, BEWEGEN! EN DAAR ALLE RUIMTE VOOR NEMEN



7 ÉÉN WORDEN MET DE NATUUR



6 JE BUURT LEREN KENNEN



9 JE LEVEN ZELF IN HANDEN NEMEN (EN EIGEN PLEKJES MAKEN)



8 VEERKRACHT ONTWIKKELEN



10 OM TER EERST!

BUITENSPELEN, JE WORDT ER SUPERBLIJ VAN



# DE 10 UITDAGINGEN VAN DE BUITENSPEELHELD



Waar is buitenspelen eigenlijk goed voor? Wij doken in de recente wetenschappelijke literatuur over spelen en vonden er heel uiteenlopende argumenten over het belang van (buiten)spelen voor kinderen. Die gaten we in een poster met tien redenen waarom buitenspelen voor kinderen een onschatbare waarde heeft. We verwoordden ze als "de 10 uitdagingen van de buitenspeelheld". Spelen is meer dan een fijn tijdverdrijf voor kinderen: het vraagt heel wat van hen, en juist dat maakt het voor kinderen zo waardevol. Voor later, maar zeker ook voor nu.

De 10 uitdagingen van de buitenspeelheld steunen op kenmerken die eigen zijn aan spelen:

- Spelen, dat is **vrijheid**. Spelen is zelf beslissen wat je doet, je hoeft niet uit te leggen waarom je speelt. Bovendien heb je altijd de vrijheid om te stoppen met spelen, als je geen zin meer hebt of omdat het niet meer voldoende veilig aanvoelt.<sup>1</sup>
- Spelen doe je **omwille van het spelen zelf**. Veel meer dan de uitkomst staat het proces voorop, en de voldoening die in het spelen zelf zit.
- Spelen betekent vaak dat je jezelf bewust voor **uitdagingen** zet: moeilijkheden die moeten overwonnen worden, nieuwe situaties die om een antwoord vragen. In je spel kan je 'eens kijken of het lukt', zonder grote gevolgen als het misgaat.<sup>2</sup>
- **Verbeelding** geeft een extra betekenislaag aan het spel: alsof het allemaal echt is, maar dan op een andere manier dan gewoonlijk. Spelen is alledaagse magie.<sup>3</sup>

Daarbij is **buitenspelen** niet fundamenteel anders dan spel dat binnen gebeurt. Maar de natuur, de buurt waar je woont, de complexiteit en de grotere ruimte bieden extra speelkansen en heel eigen uitdagingen.

De buitenspeelheld op onze poster is geen superheld. Spelen is heel alledaags, en af en toe is een pleister nodig als de held weer eens wat te onstuimig heeft gespeeld. Maar het is geen toeval dat kinderen zich vaak iemand anders wanen in hun spel. Wat banaal lijkt, wordt een avontuur met kans op kleine heldendaden. *Ik ben klein, maar als ik een held ben, dan durf ik wél van het hoge muurtje springen.* In je spel kan plots van alles. *Eens kijken of het lukt!*

MET ELKAAR  
LEREN OMGAAN,  
ÉN OPKOMEN VOOR  
JEZELF

1



Vrienden maken, ruzie hebben en oplossen, opkomen voor jezelf: dat alles zit in buitenspelen. Want door rekening te houden met elkaar kan je samen je spel verderzetten.

- Kinderen spelen vooral dankzij elkaar. **Andere kinderen zijn de voornaamste spelaanleiding** voor kinderen.<sup>4</sup> Samen spelen, dat wil zeggen: vragen of je mag meedoen, vrienden maken, een groep vormen. Door samen dingen te verzinnen bouwen kinderen een eigen gedeelde **spelcultuur** op: *'de vloer is lava!'*<sup>5</sup>
- Dat samen spelen gaat niet vanzelf. Als kinderen hun eigen spel moeten regelen, komt er altijd wel overleg bij te pas. **Onderhandelen** over welk spel ze zullen spelen, wat de precieze regels zijn, wie 'hem' is... 'Ik ben de keeper!' *'Nee, ik mag dat kiezen want het is mijn bal!'* **Conflicten meemaken en oplossen** hoort bij samen spelen.<sup>6</sup>
- Eigen aan spelen is dat je speelt zolang je het wil. Heb je geen zin meer, dan stop je ermee. Speel je samen met anderen, dan wil dat zeggen: **de anderen tevreden houden, én tegelijk doen wat je zelf wil**. Vind jij het niet meer leuk, dan stop je; vinden de anderen het niet meer leuk, dan stoppen zij. Om dat te voorkomen, moeten spelers dus **rekening houden met elkaar**. Misschien is dat wel het belangrijkste wat kinderen leren als ze samen spelen.<sup>7</sup> Nagaan wat iedereen belangrijk, leuk en niet leuk vindt, en daarom de regels herdefiniëren en aanpassen waar nodig: 'Hij is nog jonger, hij kan dat nog niet zo goed.' Wie te weinig rekening houdt met de anderen, zal terechtgewezen worden. *'Wacht, het is jouw beurt nog niet.'* In hun spel zijn kinderen elkaars eerste opvoeders.<sup>8</sup>
- In het buitenspelen op straat is die gezamenlijke zelforganisatie iets wat kinderen heel nadrukkelijk moeten zien te doen. Er is geen ouder, leerkracht, leider of scheidsrechter die alle mogelijke conflicten en discussiepunten voor hen oplost. *'Oké, deze keer mag jij de keeper zijn. Maar volgende keer ben ik hem!'*



Zonder uitdaging is buitenspelen maar saai. In hun spel zoeken kinderen bewust naar uitdagingen en naar een balans tussen plezier en angst. Door risico's op te zoeken gaan kinderen ze ook steeds beter beheersen.

- In heel veel spel zoeken kinderen naar **uitdagingen**: gevaren of problemen die ze in hun spel graag willen overwinnen. Kinderen brengen zichzelf in min of meer gevaarlijke situaties door hoog te klimmen, snel te rennen, fietsen of skaten, gevaarlijk gereedschap te hanteren, in de buurt van water of vuur te spelen, voor de lol met elkaar te vechten, of ergens hopeloos te verdwalen.<sup>9</sup>
- Die gevaren of nieuwe omstandigheden zetten kinderen aan om te zoeken hoe ze de situatie weer onder controle kunnen krijgen. Dat 'oefenen voor het onverwachte' is iets wat ook jonge zoogdieren doen in hun spel.<sup>10</sup>
- Kinderen zoeken dan eigenlijk naar een **mix van plezier en angst**.<sup>11</sup> Als ze met elkaar speelvechten, zitten kinderen het liefst in de meest benarde positie, met het grootste risico én de grootste nood aan vaardigheden om eruit te ontsnappen.
- De vrijheid die eigen is aan spelen, is daar belangrijk in. Anders dan meestal in de turnles of in competitiesport kunnen kinderen **zélf, ieder voor zich, de balans afstellen** van wat net genoeg angst biedt en net genoeg plezier. 'Dit durf ik wel nog, maar dat is een beetje té eng.' Kinderen zijn niet gedwongen om allemaal even hoog te klimmen omdat dat zo moet.
- Omdat het 'maar een spel' is, is er meestal geen écht gevaar. Val je van de boomstammetjes in de rivier, dan peuzelt de krokodil je meteen op – maar niet echt natuurlijk. En als het wél lukt, heb je het toch maar weer mooi overleefd! Die **verbeelding**, alsof het allemaal écht riskant is, kan ook de miniemste risico's spannend genoeg maken.
- **Door bewust risico's te nemen**, leer je ermee om te gaan en ze te controleren.<sup>12</sup> Je leert naar manieren te zoeken om de situatie minder beangstigend te maken. Je was bang, maar je hebt je ertegen gewapend en de volgende keer ben je niet meer zo bang. Door risico's te nemen, leer je ze langzaam maar zeker beter in te schatten en ontdek je wat je kunt doen in een netelige situatie.



Spelen gaat uitdagingen aan met de nodige verbeelding. Kinderen zoeken naar alternatieven en proberen die uit om te zien of het werkt: spelen is trial & error.

- Hoe geraak ik over de beek zonder natte voeten te krijgen? Spelen zet niet alleen aan tot uitdagingen verzinnen, want allicht is er even verderop een brugje, maar ook tot het bedenken en uitproberen van allerlei oplossingen en alternatieven. Een boot, een vlot, een boomstam, een polsstok. Allemaal goed en wel, maar hoe die ideeën ook uitvoeren? Hoe ervoor zorgen dat de boot niet zinkt, dat het vlot vooruit geraakt, dat de boomstam – een dikke tak of twee, laat ons eerlijk zijn – niet breekt?
- 'Ik heb het nog nooit gedaan, dus ik denk wel dat ik het kan' klinkt nergens aannemelijker dan in spel. **Spelen zet aan tot uitproberen en creatief problemen aanpakken**, tot abstracter nadenken en het afwegen van voor- en nadelen. Het is zoeken naar alternatieven, uitproberen en zien of het lukt: spelen is vaak *trial and error*. De intrinsieke motivatie en het gebrek aan drempels – je stelt je eigen doelen en grenzen – zijn ideale voorwaarden om te leren en problemen op te lossen.<sup>13</sup>
- **Juist in je spel is het niet erg als er iets fout gaat**: uit mislukkingen kan je leren, en het de volgende keer op een andere manier proberen aan te pakken.<sup>14</sup> Wat je had uitgedacht is de basis om het later (morgen al, als je weer bij de beek speelt!) verder te verfijnen.<sup>15</sup>
- Spel maakt je los uit het onmiddellijke: dit is een onooglijk beekje en daar is de brug. Omdat spel een betekenislaag over de realiteit legt – we doen even alsof de beek een kolkende rivier is vol verlekkerd kijkende krokodillen – opent zich plots een hele wereld.
- **Trial & error helpt je om flexibel in te spelen op nieuwe, onzekere situaties**, en in spel kan dat op een half-serieuze manier.<sup>16</sup> Spelen is niet altijd logisch reageren: het is juist de verbeelding die hier de bovenhand mag nemen. Je neemt in je spel rollen en identiteiten aan: op zoek naar wie je bent en wat je kan, maar ook naar wie je zou kunnen of willen zijn.

Spelen doe je omdat je graag speelt, niet omdat het moet. Zonder druk van buitenaf krijgen kinderen alle ruimte om dingen uit te proberen en hun eigen passies en talenten te ontdekken.



- Spelen doe je omdat het spelen zélf leuk is. De **motivatie hoeft je niet van buitenaf te halen**.<sup>17</sup> Soms is het eens proeven van al wat je zou kunnen doen, soms groeit een interesse uit tot een echte passie.
- Het **proces**, het spelen zelf, staat voorop, niet de uitkomst op zich. Het plezier zit in het bouwen en versieren van het zandkasteel, ook al wordt het straks door de zee verzwolgen. Spelen is dé manier om van alles uit te proberen zonder prestatiedruk of andere druk van buitenaf.
- Misschien hebben kinderen wel een duwtje in de rug nodig om iets specifiek te durven of tóch eens uit te proberen – van volwassenen, of van andere kinderen. Maar zolang het spelen blijft, beslissen zij uiteindelijk zelf.
- Juist door het opzoeken van **je eigen limieten** en die op je eigen ritme aan te gaan, leer je zien wat je goed kan en graag doet.<sup>18</sup> Door iets vaak te doen ontwikkel je vanzelf vaardigheden.
- Zo merk je als kind ook hoe je daarin verschilt van andere kinderen. En je kan bijleren van anderen, bijvoorbeeld van iets oudere kinderen.<sup>19</sup>
- Dat hoeven geen grootse prestaties te zijn. Surfen op het water of protten laten onder water: er zal altijd wel iemand trots op zijn.



Groter, complexer en dus uitdagender: bij kinderen zorgen buitenruimtes vaak als vanzelf voor meer intensieve beweging.

- Heel wat universele spelletjes, zoals tikkertje en verstoppertje, zijn spelletjes van vluchten en vechten of vangen, van hard lopen en veiligheid vinden. Kinderen vinden overal ter wereld ook plezier in het pure bewegen en in het oefenen van hun motoriek (rennen, fietsen, hinkelen, vangen...).
- Dat kan natuurlijk nergens beter dan buiten. Een grotere buitenruimte zorgt meestal ook voor meer beweging en meer verschillende kansen daartoe dan wanneer er binnen gespeeld moet worden; ze is immers meestal **complexer en onvoorspelbaarder**.<sup>20</sup> In buurten waar meer geschikte buitenspeelruimte aanwezig is, bewegen de kinderen ook echt meer.<sup>21</sup>
- Als kinderen vrij kunnen buitenspelen, bewegen ze meestal intenser dan bijvoorbeeld in de turnles.<sup>22</sup> Buitenspelen zorgt als vanzelf voor actie. Als kinderen volop de ruimte hebben om hun eigen spel te organiseren, kan dit een bijzonder goede manier zijn om het niveau van fysieke activiteit bij kinderen op te krikken en de strijd tegen overgewicht aan te gaan.<sup>23</sup>
- **Kinderen zelf** vinden buitenspelen onontbeerlijk om zich te kunnen uitleven. Ze ervaren de speeltijd bijvoorbeeld als een groot contrast met het 'moeten stilzitten' op de schoolbanken en spreken dan van '*je energie kwijt kunnen*', '*je moet dan eens hard roepen, en lopen*'.
- Bewegen en een actieve levensstijl is ook op langere termijn **gezond**. Het stimuleert hartslag en bloedcirculatie, zorgt mee voor de preventie van chronische ziektes, en er zijn aanwijzingen voor een band met mentale gezondheid.<sup>24</sup>



Kinderen leren hun eigen buurt vooral kennen door er buiten te spelen. Zo worden steeds meer plekken en mensen voor kinderen vertrouwd, en bouwen kinderen een band op met de wereld rondom hen.

- Door te spelen interageren kinderen al van kleins af aan met de wereld rondom hen. En die wereld wordt ook de wereld buiten het eigen huis.
- De vertrouwde buurt is voor kinderen een aparte **lokale sfeer** die voor hen vertrouwd is dan de verdere buitenwereld.<sup>25</sup> Door in de buurt te spelen en zich er zelfstandig in te verplaatsen, vergroten kinderen hun mentale kaart van de buurt. Het is de belangrijkste manier waarop die vertrouwde lokale sfeer, waar ze zich thuis voelen, zich uitbreidt.<sup>26</sup>
- Als volwassenen voorzien wij plaatsen voor kinderen in hun buurt. Maar het worden pas **betekenisvolle plaatsen 'van' kinderen** doordat kinderen er actief mee kunnen omgaan: doordat ze er vaak zijn en spelen, er dingen in kunnen veranderen, of omdat ze de ruimte hebben om zelf plekken te maken.<sup>27</sup>
- Doordat je die eigen buurt goed kent, kan je er ook de plekken gaan verkennen en toe-eigenen die je eerst misschien wat eng vond of die wat verborgen liggen, weg van de blik van volwassenen.
- Spelen zorgt voor een betekenisvolle **verbondenheid** met de buurt zelf en met de mensen die er wonen. Onderzoek suggereert dat die band zorgt dat kinderen minder angst hebben voor criminaliteit, en later zich tijdens hun puberteit minder eenzaam voelen.<sup>28</sup>





Spelen in de natuur biedt volop kansen tot rijke fysieke en zintuiglijke ervaringen die nergens anders te vinden zijn.

- Enkel buiten kan spelen ook contact met natuurlijk groen inhouden. Spelen in en met de natuur is spelen met wat niet 'vastligt' als 'gemaakt en bedoeld voor kinderen', zoals speeltoestellen en speelgoed. De **openheid** van de natuurlijke buitenruimte zorgt ervoor dat kinderen er controle op kunnen uitoefenen: het is ook hun wereld, die zij zich kunnen toe-eigenen.
- De natuur biedt rijke ervaringen die eigen zijn aan buiten zijn en buiten spelen.<sup>29</sup> De seizoenen, de elementen, regen, plassen, zand, struiken, heuvels en greppels, de schemering en het donker... : ze zorgen voor fysieke uitdagingen of zintuiglijke ervaringen die je alleen kan ondergaan door buiten te zijn en te spelen.
- Over het algemeen biedt een natuurlijke omgeving een grote **variatie aan speelkansen** voor kinderen, want bomen, beken of heuveltjes zijn onregelmatiger en onvoorspelbaarder dan bijvoorbeeld een speeltoestel.<sup>30</sup> De boom met ongelijk verspreide dikkere en dunnere takken daagt kinderen meer uit dan het klimrek met overal dezelfde stevige touwen op steeds dezelfde afstand. Telkens opnieuw moeten kinderen inschatten of de tak wel stevig genoeg is, niet te glad, niet te ver weg om bij te kunnen.
- Een natuurlijke omgeving heeft meestal meer **losse en manipuleerbare elementen** in zich die aanzetten tot creatief en constructief spelen: het scheppen van je eigen wereld.



Spelen geeft kinderen positieve ervaringen van plezier en voldoening, zelfredzaamheid en verbondenheid. Die helpen kinderen om veerkrachtig om te gaan met tegenslagen.

- Veerkracht is het vermogen om te kunnen omgaan met de tegenslagen die vanuit de omgeving op je kunnen afkomen: om uitdagingen aan te gaan, te herstellen van negatieve gevolgen en je succesvol aan te passen.<sup>31</sup> De flexibiliteit van spelen biedt daar een goede voedingsbodem voor.
- Zelf, met anderen je spel organiseren, betekent voor jezelf leren opkomen, omgaan met conflicten en daar oplossingen voor zien te vinden. Er is niemand die dat voor jou doet. Spelen is een arena voor **zelfredzaamheid**, in een veilige omgeving.<sup>32</sup>
- Juist in de context van vrij spel geven uitdagingen de mogelijkheid om om te gaan met positieve stress, zonder extern opgelegde prestatiedruk. Spelen is problemen oplossen en jezelf zo competentier voelen en zelfvertrouwen ontwikkelen. Samen met het plezier dat spelen geeft en de band die je in je spel maakt met andere kinderen, met je buurt... vormen dit **positieve ervaringen die je veerkrachtig maken**.<sup>33</sup>
- Door in je spel een volwassen rol op te nemen of te doen alsof je een superheld bent, experimenteer je met andere gedragingen. Die zetten je aan om net iets meer te durven dan gewoonlijk, maar ook om je emoties te regelen. Omdat het 'maar' een spel is, is het niet erg als het eens mislukt of als er blutsen en builen bij komen kijken. Er is een **veilige back-up**: superman is altijd stoer, maar een kind mag huilen of vragen om een pleister en een zoen.
- Dieren die niet kunnen spelen, reageren angstiger op nieuwe situaties en kunnen minder goed omgaan met stressvolle situaties.<sup>34</sup> Het is niet ondenkbaar dat mensen weinig veerkracht ontwikkelen als ze weinig hebben kunnen genieten van spel dat ze zelf in handen hebben genomen.<sup>35</sup>



In hun spel hebben kinderen de vrijheid om hun eigen wereld vorm te geven: tijd en plekjes waar hun eigen regels gelden.

- Voor kinderen overlappen spelen en 'je eigen leven in handen nemen' heel vaak. De vrijheid die spelen in zich draagt is misschien wel de grootste waarde van spelen tout court.<sup>36</sup> De vraag 'Mag ik gaan spelen?' betekent eigenlijk: mag ik nu doen wat ik zelf wil? Spelen is voor kinderen een vrijhaven. Het is hún terrein en ze hoeven het niet uit te leggen of te verantwoorden. Die greep op wat er gebeurt, staat in contrast met veel andere tijd waar ze niet zelf over kunnen beschikken.
- **Regels** geven daarin houvast: ze helpen om de wereld te begrijpen en onder controle te hebben, maar ze zijn ook onderhandelbaar, aanpasbaar. Kinderen maken hun eigen regels die niets te maken hebben met de volwassen wereld: 'drie keer corner is penalty'.
- Soms maken kinderen zich ook **letterlijk een eigen plek**, een eigen miniwereld die zij zelf helemaal in handen hebben.<sup>37</sup> Kampen bouwen is niet toevallig een iconische vorm van buitenspelen. Een goed kamp is 'geheim': een te beschermen plek die echt van jou is. Maar ook gedeeld met – welbepaalde – andere kinderen. Het is een 'clubhuis', waar andere kinderen al dan niet in welkom zijn.<sup>38</sup>



Spelen geeft plezier en voldoening. Buitenspelen blijft voor kinderen een favoriete tijd.

- Spelen doe je uit intrinsieke motivatie, gewoon omdat het plezier of voldoening geeft. Die betrokkenheid is op zichzelf waardevol, maar geeft ook aan waarom andere waardevolle elementen van (buiten)spelen, zoals risico's nemen, oplossingen verzinnen of volop bewegen, zo laagdrempelig zijn wanneer kinderen spelen.<sup>39</sup>
- Kinderen zeggen ook zelf dat ze blij van worden van spelen. Buitenspelen blijft voor kinderen hun favoriete bezigheid als ze vrij zijn: spelen, buitenspelen, gamen en voetballen worden dan vaakst genoemd.<sup>40</sup>
- Het plezier hebben in het spel kan echt opgaan in het moment zijn. Maar ook gewoon weinig intens spel dat voortkabbelt kan voldoening geven, omdat het een vertrouwd ankerpunt geeft in een grote wereld. In elk geval gaan veel van de meest gekoesterde herinneringen aan onze kindertijd over buitenspelen, meestal met andere kinderen en vaak wat uit het zicht van volwassenen.<sup>41</sup>

# Meer weten?



## Onderzoek over het belang van (buiten)spelen: aandacht voor de eigenheid van spel

Waar is (buiten)spelen goed voor? Die vraag werd lange tijd beantwoord door een opsomming van **ontwikkelingsdoelen**. Spelen is goed voor de motorische ontwikkeling van kinderen: ze leren om goed te bewegen, om hun lichaamsbewegingen te coördineren, hun evenwicht te bewaren... En net zo voor de cognitieve ontwikkeling, de sociale ontwikkeling, de emotionele ontwikkeling. En spelen is natuurlijk ook gezond, want spelen, dat is bewegen.

Dat is wellicht allemaal waar, maar spelen staat dan echt 'ten dienste van' iets anders, van iets voor later. Dat staat ver van hoe kinderen zélf spelen ervaren. Het zegt ook weinig over spelen zelf; bewegen doe je misschien intensiever als je sport, en leren doe je toch ook in de klas.

Veel onderzoek heeft het bovendien moeilijk om echt oorzakelijke verbanden aan te tonen tussen spelen (of soorten spel) en de mogelijke uitkomsten ervan: 'spelen zorgt voor...'. Experimenteel onderzoek is zelden zomaar naar de samenleving te veralgemenen en toont vooral effecten op korte termijn. Onderzoek over spelen in de echte samenleving heeft het dan weer moeilijk om aan te tonen dat positieve uitkomsten echt met spelen samenhangen, en niet met andere sociale, economische, culturele... factoren.

Recenter krijgt de wetenschappelijke literatuur over het belang van spelen **impulsen vanuit heel uiteenlopende domeinen**. Het is niet meer overwegend de ontwikkelingspsychologie die de dienst uitmaakt. Inzichten uit de evolutiepsychologie, biologie, hersenwetenschap en menswetenschappen hebben het onderzoek over spelen veel meer doen nadenken over wat spelen nu juist tot spelen maakt. Zo sluit het als vanzelf ook aan bij wat kinderen zélf waardevol vinden aan spelen.

Wat spel vooral doet, zegt de wetenschappelijke literatuur, is ervoor zorgen dat je gedrag flexibeler wordt. Spelen spoort je aan om je **voortdurend aan te passen aan de uitdagingen** en de veranderingen van de omgeving.<sup>42</sup> Het verborgen bosje om de hoek vraagt om het bouwen van een geheim kamp. Een passerend kind mag meedoen met de voetbalmatch, en wel met de verliezende ploeg, want zo blijft het spannend. **Spelen heeft een impact op hoe het brein werkt** doordat het voortdurend aanpassingen vraagt en oefent; in hun spel zoeken kinderen nieuwe situaties op en proberen uit hoe je ermee kan omgaan. Dat zorgt voor nieuwe verbindingen in de hersenen.<sup>43</sup>

**De kenmerken die spelen tot spelen maken, creëren ideale voorwaarden om je flexibel te kunnen gedragen.** Dáárin ligt de unieke waarde van spelen. De kwaliteiten van spel zetten ertoe aan: spelen is heel vaak onzekerheid creëren en jezelf voor uitdagingen zetten, om die dan in je spel te kunnen controleren. En spelen geeft op allerlei manieren de ruimte om flexibel in te spelen op de omgeving. Dan gaat het over de vrijheid en intrinsieke motivatie, het proces dat voorop staat, de verbeelding die spelen tegelijk 'net echt' én 'alleen maar een spel' maakt. Dankzij de vaak meer complexe, onvoorspelbare en meer grootschalige buitenruimte komen die kwaliteiten meestal sterker tot uiting als het over buitenspelen gaat.

## Interessante wetenschappelijke bronnen

Er bestaan een aantal interessante **wetenschappelijke tijdschriften** over spelen:

- [International Journal of Play](#)
- Het online gratis (open access) [The American Journal of Play](#), dat een heel brede scope heeft.
- [\(International\) Journal of Playwork Practice](#), met praktijkvoorbeelden en onderzoek over 'playwork'.

Ook in tijdschriften over de sociale geografie en de sociologie van kinderen is regelmatig goed onderzoek over buitenspelen terug te vinden:

- [Children's Geographies](#)
- [Children, Youth and Environments](#)
- [Childhood](#)

Iets oudere, maar brede overzichten van de **wetenschappelijke literatuur** over spelen die vrij online beschikbaar zijn, zijn [Play for a Change](#) van Stuart Lester & Wendy Russel (2008), dat ook naar de koppeling met de praktijk kijkt; en het overzicht van kwalitatief onderzoek over spelen dat Kind & Samenleving maakte: ['Qualitative research on children's play: a review of recent literature'](#) (Johan Meire, 2007).

## Inspirerende organisaties

Internationale **organisaties** die het spelen van kinderen en onderzoek ernaar ondersteunen zijn de [IPA](#) (International Play Association) en de ICCP (International Council for Children's Play; nieuwe website binnenkort online). Beide organiseren regelmatig internationale conferenties.

In Vlaanderen en Brussel is [Goe Gespeeld!](#) het netwerk van organisaties uit jeugdsector en middenveld dat opkomt voor het spelen van kinderen, en zeker het avontuurlijke spelen in het groen. Veel info en links over spelen op hun website!

In Nederland komt [Jantje Beton](#) op voor de buitenspelende kinderen; in Groot-Brittannië zijn dat [Play England](#), [Play Scotland](#) en [Play Wales](#). Ook daar is telkens boeiende informatie over buitenspelen te vinden.

## Recht op spelen!

Het **recht op spelen** is ingeschreven in Artikel 31 van het Kinderrechtenverdrag. De [General Comment over Artikel 31](#) geeft een gezaghebbende interpretatie aan het artikel en benadrukt onder meer hoe belangrijk informeel spel voor kinderen is. Het recht op spelen garanderen wil ook zeggen dat kinderen moeten kunnen beschikken over toegankelijke ruimte en tijd voor spelen zonder controle en tussenkomsten van volwassenen.

De wetenschappelijke literatuur over (buiten)spelen gaat opvallend vaak gepaard met **bezorgdheid over de toestand van het buitenspelen** in onze moderne, westerse maatschappij. Onderzoekers tonen zich haast unaniem verontrust over de afname van het gewone buitenspelen dat kinderen onder elkaar regelen op straat of op pleintjes. Dat zelfgeorganiseerd spel is heel anders dan het spelen in een jeugdbeweging of het sporten in een sportclub, en wetenschappers geven aan dat het beleid er alles moet aan doen om dit te ondersteunen. De informele, ongestructureerde tijd en het vrije spel van kinderen zonder tussenkomst van volwassenen verdient bescherming.<sup>44</sup> En het spelen van kinderen ondersteunen, gebeurt best door het zo weinig mogelijk te organiseren en te sturen, bijvoorbeeld via [playwork](#) dat het eigen spel van kinderen als basis neemt.<sup>45</sup>

# Referenties uit de tekst

1. Brown, Stuart (2009), *Play: How it Shapes the Brain, Opens the Imagination and Invigorates the Soul*. London: Penguin Avery.
2. Lester, Stuart & Wendy Russel (2008), *Play for a Change*. London: NCB.
3. Lester, Stuart (2010), Play and ordinary magic: the everydayness of magic. *Playwork London Conference*.
4. [Bevrijd de speeltijger \(in jezelf\)](#), Kind & Samenleving vzw.
5. Corsaro, William (2005), *The Sociology of Childhood*. Second Edition. Thousand Oaks: Pine Forge Press.
6. Sutton-Smith, Brian (1997), *The Ambiguity of Play*. London: Harvard UP.
7. Gray, Peter (2013), *Free to learn*. New York: Basic Books.
8. Gray, Peter (2011), The Special Value of Children's Age-Mixed Play, *American Journal of Play* 3 (4): 500-522.
9. Sandseter, Ellen Beate Hansen (2007), Categorising risky play – how can we identify risk-taking in children's play?, *European Early Childhood Education Research Journal* 15(2): 237-252.
10. Spinka, M., R.C. Newberry & M. Bekoff (2001), Mammalian play: Training for the unexpected, *The Quarterly Review of Biology* 76 (2): 141-168.
11. Sandseter, Ellen Beate Hansen (2009), Children's expressions of exhilaration and fear in risky play, *Contemporary Issues in Early Childhood* 10(2): 92-106. Gordon, G. & S. Esbjorn-Hargens (2007), Are we having fun yet? An exploration of the transformative power of play, *Journal of Humanistic Psychology* 47: 198-222.
12. Levin, I. & S. Hart (2003), Risk preferences in young children: early evidence of individual differences in reaction to potential gains and losses, *Journal of Behavioural Decision Making* 16: 397-413.
13. Pink, D. (2010), *Drive: The surprising truth about what motivates us*. London: Canongate Books. Whitebread, David (2012), *The Importance of Play*. Brussels: Toy Industries of Europe.
14. Russ, S. (2004), *Play in Child Development and Psychotherapy*. New Jersey: Lawrence Erlbaum. Gordon, G. & S. Esbjorn-Hargens (2007), Are we having fun yet? An exploration of the transformative power of play, *Journal of Humanistic Psychology* 47: 198-222.
15. Pellegrini A.D., D. Dupuis & P.K. Smith (2007), Play in evolution and development. *Developmental Review* 27: 261-276.
16. Bateson, P. & P. Martin (2013), *Play, Playfulness, Creativity and Innovation*. Cambridge: CUP.
17. Pink, D. (2010), *Drive: The surprising truth about what motivates us*. London: Canongate Books.
18. Isen, A. & J. Reeve (2006), The influence of positive affect on intrinsic and extrinsic motivation: facilitating enjoyment of play, responsible work behaviour and self-control, *Motivation and Emotion* 29(4): 297-325.
19. Gray, Peter (2013), *Free to learn*. New York: Basic Books.
20. Fjørtoft, Ingunn (2004), Landscape as Playscape: The Effects of Natural Environments on Children's Play and Motor Development, *Children, Youth and Environments* 14.
21. Faulkner, Guy et al. (2015), Children's outdoor playtime, physical activity, and parental perceptions of the neighbourhood environment, *International Journal of Play* 4(1): 84-97.
22. Beresin, Anna (2012), Play counts: pedometers and the case for recess, *International Journal of Play* 1(2): 131-138.
23. Ginsburg, Kenneth et al. (2007), The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds, *Pediatrics* 119 (1): 182-191. Ansari A., K. Pettit & E. Gershoff (2015), Combating Obesity in Head Start: Outdoor Play and Change in Children's Body Mass Index, *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics* 36(8): 605-612.
24. Garcia, R. & E. Baltodano (2005), Healthy children, healthy communities and legal services, *Journal of Poverty, Law and Policy* 39(1-2): 52-64. Burdette, H. & R. Whitaker (2005), Resurrecting free play in young children: looking beyond fitness and fatness to attention, affiliation, and affect, *Archives of Pediatric Adolescent Medicine* 159: 46-50.
25. Harden, Jeni (2000), There's no place like home, *Childhood* 7(1): 43-59.
26. Valentine, Gill (2004), *Public Space and the Culture of Childhood*. London: Ashgate.



## Referenties uit de tekst

27. Rasmussen, Kim (2004), Places for children – children's places, *Childhood* 11(2): 155-173.
28. Prezza, M. & G. Pacilli (2007), Current fear of crime, sense of community, and loneliness in Italian adolescents: the role of autonomous mobility and play during childhood, *Journal of Community Psychology* 35(2): 151-170.
29. Hughes, Bob (2011), *Evolutionary Playwork and Reflective Analytic Practice*. London: Routledge.
30. Fjørtoft, Ingunn (2004), Landscape as Playscape: The Effects of Natural Environments on Children's Play and Motor Development, *Children, Youth and Environments* 14.
31. Masten, A. S. (2001), Ordinary magic: Resilience processes in development, *American Psychologist*, 56 (3): 227-238.
32. Ginsburg, Kenneth et al. (2007), The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds, *Pediatrics* 119 (1): 182-191.
33. Lester, Stuart & Wendy Russel (2008), *Play for a Change*. London: NCB.
34. Pellis, S. & V. Pellis (2007), Rough-and-tumble play and the development of the social brain, *Current Directions in Psychological Science* 16(2): 95-98.
35. Gray, Peter (2011), The Decline of Play and the Rise of Psychopathology in Children and Adolescents, *The American Journal of Play* 3 (4): 443-463.
36. Sutton-Smith, Brian (1997), *The Ambiguity of Play*. London: Harvard UP.
37. Moore, Deborah (2014), 'My childhood was filled with secret places': the importance of secret places to children, *International Journal of Play* 3 (2): 103-106. Moore, Deborah (2015), 'The teacher doesn't know what it is, but she knows where we are': young children's secret places in early childhood outdoor environments, *International Journal of Play* 4 (1): 20-31.
38. Kylin, M. (2003), Children's dens, *Children, Youth and Environments* 13(1). Meire, Johan (2010), Die van het andere kamp: over inclusie en exclusie in het spel van kinderen, p. 39-49 in Kind & Samenlevig (red.), *Tussen Kind en Samenleving: over het sociale actorschap van kinderen*. Meise: Kind & Samenleving.
39. Poulsen, A. & J. Ziviani (2004), Health enhancing physical activity: factors influencing engagement patterns in children, *Australian Occupational Therapy Journal* 51: 69-79. Isen, A. & J. Reeve (2006), The influence of positive affect on intrinsic and extrinsic motivation: facilitating enjoyment of play, responsible work behaviour and self-control, *Motivation and Emotion* 29(4): 297-325.
40. Jantje Beton, [Onderzoek Buitenspelen 2018](#). Brown, Fraser & Michael Patte (2013), *Rethinking Children's Play*. London: Bloomsbury.
41. Ginsburg, Kenneth et al. (2007), The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds, *Pediatrics* 119 (1): 182-191. Brown, Fraser & Michael Patte (2013), *Rethinking Children's Play*. London: Bloomsbury.
42. Lester, Stuart & Wendy Russel (2008), *Play for a Change*. London: NCB. Pellegrini A.D., D. Dupuis & P.K. Smith (2007), Play in evolution and development, *Developmental Review* 27: 261-276. Bateson, P. & P. Martin (2013), *Play, Playfulness, Creativity and Innovation*. Cambridge: CUP.
43. Bateson, P. (2005), The role of play in the evolution of great apes and humans, p. 13-24 in A. Pellegrini & P. Smith (red.), *The Nature of Play. Great Apes and Humans*. London: Guildford Press. Pellis, S. & W. Pellis (2009), *The Playful Brain: Venturing to the Limits of Neuroscience*. Oxford: OneWorld. Brown, Stuart (2009), *Play: How it Shapes the Brain, Opens the Imagination and Invigorates the Soul*. London: Penguin Avery.
44. Ginsburg, Kenneth et al. (2007), The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds, *Pediatrics* 119 (1): 182-191. Gray, Peter (2013), *Free to learn*. New York: Basic Books.
45. Brown, Fraser & Michael Patte (2013), *Rethinking Children's Play*. London: Bloomsbury.

# Colofon

De 10 uitdagingen van de buitenspeelheld is een publicatie van [Kind & Samenleving](#) en kwam tot stand met de steun van de Vlaamse Overheid.

Johan Meire schreef de tekst

Sabine Miedema verzorgde de lay-out

Laura Janssens tekende de poster.

Je vindt haar onder meer op Instagram als [@nietnulaura](#).

Wil je met deze publicatie aan de slag? Doen! Druk ook gerust de poster af en hangt hem aan het raam. Wil je graag het oorspronkelijke bestand om de poster op A2 af te drukken? [Mail ons dan even](#) en we sturen het door.

Wil je deze publicatie op je eigen website zetten, of illustraties of teksten overnemen voor een website of andere publicatie? Dat kan alleen met uitdrukkelijke toestemming van Kind & Samenleving vzw.

© Kind & Samenleving 2018



kind & samenleving



**Vlaanderen**  
verbeelding werkt

