

ALS VERDRIET JE SPELEN KLEURT

Onderzoek naar de spelkenmerken van depressieve jonge kinderen tussen 3 en 6 jaar.

Annemieke Mol Lous

Depressieve jonge kinderen bestaan

Depressies bij jonge kinderen zijn een ernstig en onderschat gezondheidsprobleem. Kinderen die op jonge leeftijd een depressie doormaken hebben grote kans om later ernstigere depressies te ontwikkelen, mogelijk vanwege een sterk verhoogde gevoeligheid voor stress die ook zichtbaar is in de structuur van het brein. Bovendien ontwricht de depressie op jonge leeftijd het leven van een kind en de familie ingrijpend. Vroegtijdige onderkenning van mogelijke depressie is belangrijk om tijdig te kunnen ingrijpen. Het is echter niet gemakkelijk om depressie bij jonge kinderen te herkennen. Kinderen kunnen zelf nog niet goed aangeven dat ze somber of negatief gestemd zijn en de omgeving zoals ouders en leerkrachten herkennen ook vaak niet de depressieve signalen. Dit komt ook omdat depressie bij jonge kinderen zich wat anders kan uiten dan bij oudere kinderen en volwassenen. Bij kinderen zien we vaak dat ze eerder geïrriteerd dan somber zijn, dat ze niet de hele dag negatieve emoties laten zien maar dat de negatieve periodes ook worden afgewisseld met minder negatieve periodes.

Depressie en emotie regulatie: het belang van spelen

Naar schatting komt depressie voor bij zo'n een op de tweehonderd jonge kinderen (Trimbos, 2009). De laatste jaren is er meer aandacht gekomen voor depressie nadat er in eerste instantie lange tijd werd ontkend dat jonge kinderen depressief konden zijn. Nu weten we dat depressies als klinisch syndroom inderdaad voorkomen bij kinderen vanaf drie jaar en dat deze vergelijkbaar is met depressie op latere leeftijd als je leeftijds adequate instrumenten gebruikt (Luby, 2010). In Washington University St. Louis is een gespecialiseerde psychiatrische kliniek voor depressieve jonge kinderen waar veel onderzoek wordt gedaan en de kinderen ook gevolgd worden in hun verdere leven. Uit dit onderzoek weten we ook dat kinderen die als kleuter een depressie hebben meegemaakt op latere leeftijd ernstig verstoord reageren bij het zien van een negatieve emotie. Er zijn dan op de MRI scan duidelijke verschillen te zien waarbij het limbische systeem van de kinderen die als kleuter een depressie hebben doorge-

maakt heftiger reageert. Vooral de amygdala vertoont sterk verhoogde activiteit. Hetgeen betekent dat het organisme in een soort permanente staat van stress functioneert waarbij de natuurlijke emotieregulatie systemen tekort schieten (Pagliaccio et al., 2012). Dit is zorgelijk omdat goede emotie regulatie vaardigheden van belang zijn voor een gezond leven en het omgaan met functionele stress. Als dat mechanisme op jonge leeftijd al verstoord is vormt het een bedreiging voor de ontwikkeling van het kind. Een belangrijk ontwikkelingsmoment voor het kunnen reguleren van emoties vindt plaats tijdens het spelen. *Vooraf tijdens symbolisch spel oefenen kinderen hun vaardigheden om om te gaan met conflicten en problemen door daar in hun spel zelf oplossingen voor te zoeken.* Symbolisch spel, ook wel doen alsof spel of fantasiespel genoemd is spel waarbij objecten, acties of personen iets anders verbeelden. Een poppetje dat ergens naar toe vliegt of het spelen van ziekenhuisje zijn voorbeelden van symbolisch spel. Het kenmerk van spel is dat het autotelisch van nature is, het doel van spel ligt in het spel zelf. Een kind speelt omdat het wil spelen. Een kind kan niet spelen omdat het MOET spelen. Iedereen kent wel voorbeelden van situaties waarin kinderen in een hoekje ergens rustig spelen terwijl er om hen heen van alles gebeurt. Spel geeft een soort flow ervaring waarbij tijd en ruimte niet belangrijk zijn maar het gedrag zelf als plezierig wordt ervaren. Opvallend vaak spelen kinderen over situaties die angst of andere negatieve emoties oproepen. In hun spel komen ze dan met oplossingen. Tenminste, als ze emotioneel gezond zijn.

Depressieve kinderen spelen anders

Bij depressieve kinderen blijkt dat anders te zijn. Dat depressieve kinderen anders spelen wordt al vanaf de allereerste klinische onderzoeken naar depressies bij kinderen genoemd. Maar er was tot nu toe nog weinig bekend over hoe dat spelgedrag er dan uit zou zien. Spelen die kinderen nou juist somber en verdrietig of agressief? Spelen ze minder, spelen ze spel van een lager niveau? Omdat de theoretische achtergronden van spel en de gebruikte instrumenten om spel te meten vaak verschillend waren, was er geen eenduidig antwoord te geven over hoe je in het spel

van kinderen depressie zou kunnen herkennen. Met het hanteren van de oorspronkelijke definitie van spel door Piaget (1951), later overgenomen en bewerkt door vele spel onderzoekers (Belsky & Most, 1981; Fein, 1981; Hellendoorn & Berckelaer-Onnes; Hutt, 1991; McCune-Nicolich, 1980; Pellegrini, 1984; Rost, 1986; Rubin et al., 1983; Van der Poel, 1994; Van der Pol, 2005; & Westby, 1991) is er een spelobservatieprocedure ontwikkeld waarmee betrouwbaar spelgedrag onderscheid kan worden van niet spelgedrag. Kinderen worden tijdens het spelen gefilmd en de videobeelden worden later door getrainde observatoren gescoord. Al het gedrag van de kinderen wordt gescoord. Dus ook het niet spelgedrag zoals exploreren, doelloos handelen of kijken, op de proefleider gericht gedrag etc. Zo kan op een bijna biologische manier gedrag in kaart worden gebracht zonder dat hierbij inhoudelijke interpretaties van het spel gebruikt worden. Wij hebben voor ons onderzoek de oorspronkelijke spel procedure aangepast. In plaats van alleen het spel



in een "wachtkamer situatie" te scoren (in een wachtkamer met een verborgen camera zie je alleen spontaan spel) hebben we verschillende spelsituaties gecreëerd en de kinderen in die verschillende spelsituaties gefilmd. Zo konden we ook zien of het spelgedrag beïnvloed werd door de spelsituatie.

Verschillen in spel tussen depressieve en niet depressieve jonge kinderen

In onze eerste twee onderzoeken (Mol Lous, De Wit, De Bruyn, Riksen-Walraven, & Rost, 2000; Mol Lous, De Wit, De Bruyn & Riksen-Walraven, 2002) vergeleken we het spelgedrag van depressieve kinderen met het spelgedrag van niet-depressieve kinderen in verschillende spelsituaties. Uit deze eerste onderzoeken bleek dat depressieve kinderen (geselecteerd uit medische kindertehuizen en medische kinderdagverblijven) inderdaad anders speelden dan niet-depressieve kinderen uit dezelfde medische kindertehuizen (klinische controlegroep) en ook anders dan niet-depressieve kinderen die op een gewone school zaten en dus niet in een klinische groep zaten.

Depressieve kinderen speelden minder, vooral minder symbolisch spel, vertoonden meer gedragswisselingen en raakten ernstig verstoord als ze zichzelf in een spelverhaaltje verdrietig moesten spelen. Dan stopte het spel, werden de poppetjes van tafel gegooid of verstijfde het kind.

Met dit gedrag laten depressieve kinderen zien dat ze de ervaring van de verdrietige emotie niet aankunnen. Dan stopt hun functioneren en dat is nu precies wat depressie inhoudt. De ervaring dat het allemaal niet lukt, zinloos is, alleen maar erger kan worden en dat het organisme geen oplossingen of creatieve ideeën meer kan inzetten is besloten in de essentie van depressie. Het lijkt erop dat de stress van de confrontatie met verdriet bij depressieve kinderen zo groot is dat hun spelen stagneert. Depressie maakt machteloos en krachteloos. En bij jonge kinderen zie je dat heel duidelijk in hun spel. En zoals al eerder is gesuggereerd, zijn het vooral de gebrekkige emotieregulatie mechanismen van depressieve kinderen die dit veroorzaken. In hoeverre dit onveranderlijke en blijvende verhoogde activiteit van het limbische systeem, waaronder de amygdala tot gevolgen heeft, zal de komende jaren duidelijker moeten worden. Veel belangrijker is het om vroegtijdige signalen van depressie te signaleren (in spel) en kinderen te ondersteunen door middel van bijvoorbeeld spelinterventies. Zo kunnen anderen kinderen helpen om wel oplossingen voor problemen in het spel te vinden. Alleen als kinderen echt niet tot spel komen, zullen andere middelen ingezet moeten worden. Het is echter ook mogelijk dat een kind (tijdelijk) zo getraumatiseerd is dat spel er dan niet in zit. Na de ergste rouw en stress zijn er mogelijk wel opties om alsnog spel in te zetten ter preventie en behandeling van de depressie. In het Washington State University Hospital St. Louis, zijn positieve ervaringen opgedaan met het ondersteunen van ouders in hun conversatie met hun kinderen om zo positief bij te sturen.

Wat zien leerkrachten en wat kunnen zij doen?

Als laatste onderzochten we of leerkrachten tijdens hun dagelijkse observaties ook signalen van depressie kunnen observeren in het spelgedrag op school (Mol Lous, Riksen-Walraven, Burk, Theeboom, & Luby, 2014). Tegen onze verwachting in, gaven leerkrachten ook aan dat kinderen die hoog scoorden op mogelijke depressie signalen, minder symbolisch spel speelden, meer gedragswisselingen laten zien en van slag zijn als er negatieve emoties in het spel zijn. We hadden niet verwacht dat leerkrachten deze verschillen zouden waarnemen omdat ons eerder onderzoek gebaseerd was op analyse van videobeelden waarin verschillen van seconden werden gemeten. Kennelijk zien leerkrachten die getraind zijn in het observeren van spelgedrag wel degelijk zulke opvallende kenmerken in het spel van hun leerlingen terug. Leerkrachten gaven ook aan dat het in de relatie met het kind en de kwaliteit van het spel "voelbaar" was dat een kind niet lekker in zijn vel zat. Alleen denken wij natuurlijk niet direct aan een de-

pressie bij jonge kinderen. En leerkrachten moeten dat ook helemaal niet doen. Maar ze kunnen wel alert zijn op (gebrek aan) spelgedrag van kinderen en specifiek het omgaan met negatieve emoties (vooral verdriet) in spel. Als kinderen daar niet over kunnen spelen, kan dat zeer nadelige gevolgen hebben voor hun emotie regulatie vaardigheden. Maar ook voor het hebben van spelplezier, spelen met leeftijdsgenootjes, cognitieve en motorische ontwikkeling en al die andere ontwikkelingsgebieden waar spel zo'n belangrijke rol speelt. Leerkrachten zouden op de opleiding ook veel meer moeten leren over spel en spelen met kinderen. Het is een rijke gedragscategorie waarin heel veel essentiële vaardigheden worden geoefend en geeft inzicht in wat er zich afspeelt in het brein van de kinderen. Daarbij gaat het meestal niet om een letterlijke projectie van de werkelijkheid maar om zaken waar kinderen mee bezig zijn en vooral die hen emotioneel raken. "Play offers a window to a child's mind...." (Rubin, Fein, & Vandenberg, 1983, p. 756). Bovendien heeft spel heeft eindeloos veel mogelijkheden om het gedrag van kinderen te beïnvloeden en hen te ondersteunen bij het zoeken naar goede oplossingen en adequaat gedrag. Leerkrachten kunnen bijvoorbeeld in spel en bij het voorlezen zelf ook met de leerlingen emoties bespreken en vooral ook wat kinderen kunnen doen om positief om te gaan met emoties. Dit is een essentiële vaardigheid die je het beste jong kan leren.... In de uitzending van NPO uitzending "spelen is van levensbelang" van 28 januari 2015 is ook aandacht besteed aan het belang van spelen voor dieren en voor volwassenen. Uit internationaal onderzoek blijkt dat mensen die het leven meer speels benaderen, vaak effectiever zijn, stress bestendiger en gelukkiger. Des te meer reden om alert te zijn op de kwaliteit van het spelgedrag van kinderen en mogelijke signalen van depressie daarin.

Literatuur

Belsky, J. & Most, R.K. (1981). From exploration to play: a cross sectional study of infant free play behavior. *Developmental Psychology*, 17, 630 – 639.

Fein, G.G. (1981). Pretend play in childhood: an integrative review. *Child Development*, 52, 1095-1118.

Hellendoorn, J. & Van Berckelaer-Onnes (Eds.) (1991). *Speciaal spel voor speciale kinderen*. (pp 11-21). Groningen. Wolters-Noordhoff.

Hutt, C. (1979). Exploration and play. In B. Sutton-Smith (Ed.), *Play and learning* (pp. 175 – 194). New York. Academic Press.

Luby, J.L. (2010). Preschool depression: The importance of identification of depression early in development. *Current Directions in Psychological Science*, 19, 91-95.

Mol Lous, A., De Wit, C.A.M., De Bruyn, E.E.J., & Riksen-Walraven, J.M. (2002). Depression markers in young children's play: a comparison between depressed and nondepressed 3- to 6-year-olds in various play situations. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 43, 1029 – 1038.

Mol Lous, A., De Wit, C.A.M., De Bruyn, E.E.J., Riksen-Walraven, J.M., & Rost, H. (2000). Depression and play in early childhood: play behavior of depressed and non depressed 3- to 6 -year olds. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 8, 249 – 260.

Mol Lous, A., Riksen-Walraven, J.M., Burk, W.J., Theeboom, T., & Luby, J.L. (2014). *Teacher ratings of depression markers in young children's play*. Doctoral thesis Radboud University Nijmegen. Amsterdam University Press (pp. 73 – 90).

Pagliaccio, D., Luby, J., Gaffrey, M., Belden, A., Botteron, K., Gotlib, I.H., & Barch, D.M. (2012). Anomalous functional brain activation following negative mood induction in children with pre-school onset major depression. *Developmental Cognitive Neuroscience* 2 (2012) 256 – 267.

Piaget, J. (1951). *Play, dreams and imitation in childhood*. London. Routledge & Kegan Paul.

Rubin, K.H., Fein, G., & Vandenberg, B. (1983). Play. In P.H. Mussen, & E.M. Hetherington (Eds.), *Handbook of Child Psychology and Psychiatry*, (vol 4, pp. 693 – 774). New York: John Wiley and Sons.

Trimbos Instituut (2009). Depressie bij jeugdigen (prevalentie). Opgehaald van: <http://www.ggzrichtlijnen.nl/index.php?pagina=/richtlijn/item/pagina.php&id=86-ggz-richtlijnen-trimbos>.

Van der Poel, P.A. (1994). *Play. A study into the observation of play and the relationships between play, creativity, leisure and parental characteristics*. (Doctoral dissertation) Nijmegen: University of Nijmegen. Phaeton Press.

Van der Pol, P.J. (2005). *Kracht en macht van spel en verbeelding*. (Doctoral Dissertation. Leiden: University of Leiden. Optima.

Westby, C.E. (1991). A scale for assessing children's pretend play. In C.E. Schaefer, K. Gitlin & A. Sandgrund (Eds.), *Play diagnosis and assessment* (pp. 131-161). New York: Wiley.



Annemieke Mol Lous is lector passend onderwijs / inclusive education bij Hogeschool Leiden en Thomas More Hogeschool Rotterdam en deed vanuit de vakgroep ontwikkelingspsychologie van de Radboud Universiteit Nijmegen onderzoek naar de mogelijkheden om in spel mogelijke kenmerken van depressie op jonge leeftijd te kunnen onderkennen. Op 15 december 2014 verdedigde zij haar proefschrift over dit onderwerp in Nijmegen.