



DR. BART VOGELAAR, UNIVERSITEIT LEIDEN, INSTITUUT
PSYCHOLOGIE, SECTIE ONTWIKKELINGS- EN ONDERWIJSPSYCHOLOGIE

Zomervakantie: *het effect op prestaties en welbevinden*

De zomervakantie is het moment in het jaar waar zowel leerkrachten als leerlingen enorm naar uit kunnen kijken. Zo hoor ik van ouders en leerkrachten dat de leerlingen richting het einde van het schooljaar 'op hun tandvlees lopen' en écht toe zijn aan ontspanning en vrije tijd. Ook voor leerkrachten is de zomervakantie een moment waarop ze kunnen 'bijtanken'. Leerlingen ervaren de zomervakantie vaak als oneindig. Heerlijk ontspannen en leuke dingen doen met vriendjes en vriendinnetjes, uitslapen en géén saai schoolwerk.

D

De zomervakantie lijkt echter niet alleen maar positieve effecten te hebben. Zo is het sinds de jaren '90 bekend dat leerlingen na de zomervakantie een achteruitgang kunnen laten zien in hun schoolprestaties (Cooper, Nye, Charlton, Lindsay, & Greathouse, 1996). En hoewel vakantie en vrijetijdsbesteding ook een positief effect op het welbevinden van kinderen kunnen hebben (Holder, Coleman, & Sehn, 2009), wordt vakantie voor sommige kinderen en jongeren ook geassocieerd met verveling en eenzaamheid (Queen & Stacey, 2010). Over het effect van vakanties op schoolprestaties en welbe-

vinden van hoogbegaafde leerlingen is in de literatuur weinig bekend.

Wat kunnen we echter leren van de onderzoeken die gedaan zijn naar de effecten van vakantie op prestaties en welbevinden van leerlingen? En in hoeverre is deze informatie toepasbaar op hoogbegaafde kinderen en jongeren?

Schoolprestaties

Het negatieve effect dat de zomervakantie op schoolprestaties van leerlingen heeft, staat bekend onder de term *summer loss*. In een van de eerste grootschalige Amerikaanse onderzoeken naar *summer loss* bleek, gemiddeld genomen, dat kinderen ongeveer één maand aan kennis en vaardigheden →

“

Er zijn óók kinderen die na de vakantie juist een toename in vaardigheden laten zien

”

verliezen tijdens de zomervakantie (Cooper e.a., 1996). De achteruitgang in schoolprestaties leek met name aanwezig in armere gezinnen en het grootst voor rekenen-wiskunde en spelling. Voor begrijpend lezen werd iets anders gevonden: kinderen uit lagere klassen leken minder goed te gaan lezen, terwijl kinderen in hogere klassen juist een verbetering lieten zien op hun begrijpend leesvaardigheden. De auteurs wijten dit verschil aan

mogelijkheden om lezen te oefenen tijdens de vakantie. In dit onderzoek is tevens gekeken naar verschillen tussen kinderen met verschillende intelligentieniveaus. Hoewel leek dat intelligentie niet samenhang met verschillen in verminderde prestaties, bleek dat kinderen met een zeer benedengemiddelde intelligentie een grotere achteruitgang in schoolprestaties lieten zien dan andere kinderen.

Nieuw onderzoek

Dit onderzoek en tal van andere onderzoeken leidden ertoe dat men kritischer werd op de effecten van zomervakanties. Zijn ze niet te lang? Moeten er geen oefeningsmogelijkheden zijn voor kinderen uit speciale doelgroepen om ervoor te zorgen dat ze niet te veel (of nog meer) gaan achterlopen? Recentelijk is het fenomeen van *summer loss* echter opnieuw onder de loep genomen. Uit een Amerikaans onderzoek uit 2019 onder 3,4 miljoen kinderen bleek dat gemiddeld ontwikkelende kinderen in het algemeen inderdaad achteruitgang tonen op schoolprestaties (Kuhlfeld, 2019), bij elke klas en voor zowel rekenen-wiskunde als begrijpend lezen. Tegelijkertijd vonden de onderzoekers ook veel verschillen tussen kinderen. Er zijn óók kinderen die na de vakantie juist een toename in vaardigheden laten zien. Een achteruitgang in schoolprestaties is dus niet onvermijdelijk. Bovendien bleek dat kinderen die tijdens het schooljaar de meeste vooruitgang lieten zien, na de zomer ook de meeste achteruitgang lieten zien.

Andere resultaten in Europa

Ook in Europees onderzoek komt naar voren dat kinderen na de zomervakantie *summer loss* ervaren (Paechter e.a., 2010). Oostenrijkse onderzoekers vonden dat de achteruitgang in schoolprestaties met name gold voor rekenen-wiskunde en spelling, maar dat



kinderen een verbetering lieten zien in hun leesvaardigheden. Ook bleek dat kinderen die vóór de zomer beter presteerden, dit ook na de zomer deden. Interessant uit dit onderzoek was bovendien dat de achteruitgang, in tegenstelling tot eerdere Amerikaanse onderzoeken, binnen negen weken na de zomervakantie voor veel kinderen in te halen was. Bovendien leek het mogelijke negatieve effect op schoolprestaties te worden tegengegaan door leerlingen tijdens de zomer toch een intellectueel stimulerende omgeving te bieden, waardoor zij (kritisch) bleven nadenken en bleven lezen.

Verskil tussen kinderen

Naar mogelijke verschillen tussen hoog- en gemiddeldbegaafde kinderen en *summer loss* is weinig onderzoek

beschikbaar. In een Amerikaans onderzoek van McCoach, Rambo en Welsh (2013) werd de vooruitgang in leesvaardigheden van hoog- en gemiddeldbegaafde kinderen tijdens het schooljaar en de zomervakantie met elkaar vergeleken. De onderzoekers verwachtten dat hoogbegaafde kinderen gedurende het schooljaar minder vooruitgang zouden laten zien in hun leesvaardigheden dan hun gemiddeldbegaafde leeftijdsgenoten, maar juist meer vooruit zouden gaan tijdens de zomer. De gemiddeldbegaafde kinderen lieten tijdens het schooljaar inderdaad een grotere groei zien in leesvaardigheid dan hun hoogbegaafde leeftijdsgenoten, al was dit verschil niet statistisch significant. Tijdens de zomervakantie lieten de gemiddeldbegaafde kinderen echter minder groei

zien in leesvaardigheid dan hoogbegaafde kinderen. Een zeer opmerkelijk resultaat was dat de groei in leesvaardigheid onder de hoogbegaafde kinderen gedurende het schooljaar net zo groot was als gedurende de zomervakantie. Voor wat betreft hun leesvaardigheden lieten de hoogbegaafde kinderen dus geen *summer loss* zien, maar ook geen uitvlakking van het leereffect.

Welbevinden

Uiteraard is er veel meer dan alleen prestaties en is het welbevinden van leerlingen wellicht nog veel belangrijker. Uit lers onderzoek blijkt dat de zomervakantie kan zorgen voor een betere stemming, bijvoorbeeld als gevolg van het ondernemen van sociale activiteiten (Queen & Stacey, 2010). Ook het leren →



“
Een uitdaging is dat hoogbegaafde kinderen en jongeren zich eerder lijken te vervelen dan anderen
 ”

geluk te ervaren en een hoger zelfbeeld hadden, als zij actieve activiteiten ter ontspanning en vermaak ondernamen (Holder, Coleman, & Sehn, 2009). Kinderen die meer actieve activiteiten ondernamen, ervoeren een hoger welbevinden. Fysieke activiteit zoals sport was tevens geassocieerd met meer gevoelens van geluk en zelfvertrouwen. Passieve activiteiten, zoals gamen en tv-kijken, leken echter negatief samen te hangen met de mentale gezondheid. Zo ervoeren kinderen die veel tijd achter de computer doorbrachten bijvoorbeeld lagere gevoelens van geluk en een lager zelfbeeld.

Effect van verveling

Kinderen en jongeren die nieuwe vaardigheden leren, sociale (het liefst actieve) activiteiten ondernemen met

van nieuwe vaardigheden bleek bij te dragen aan een positievere stemming.

Positief effect actieve en sociale inspanningen

Het type activiteit dat kinderen en jongeren ondernemen tijdens vakanties lijkt een grote invloed te hebben op hun mentale gezondheid. Uit een onderzoek waarin 514 kinderen tussen 8 en 12 jaar meededen bleek dat kinderen in hogere mate aangaven

hun vriendjes en vriendinnetjes, ervaren dus positieve effecten van de zomervakantie op hun mentale gesteldheid. Uit het onderzoek van Queen en Stacey (2010) bleek echter ook dat verveling van grote invloed was op de mate waarin kinderen en jongeren een goede mentale gezondheid ervoeren. Zij die zich meer verveelden, bijvoorbeeld omdat ze veel alleen thuis waren, ervoeren lagere niveaus van geluk en een lager zelfbeeld. Ook ervoeren enkelen eenzaamheid tijdens de vakanties (Morgan e.a., 2019), wat ook een negatief effect had op hun mentale welbevinden. Kinderen die eenzaamheid ervoeren, hadden een grotere kans op gevoelens als angst en depressie.

Vakantiebesteding voor hoogbegaafde kinderen

Hoewel er nog niet veel onderzoek gedaan is naar specifiek de positieve en/of negatieve effecten op schoolprestaties en welbevinden van hoogbegaafde kinderen, zijn er wel enige lessen te leren uit het beschikbare onderzoek. Belangrijk is dat *summer loss*, in het algemeen niet zo dramatisch lijkt als men in de jaren '90 en begin 20e eeuw dacht. Op basis van Europees onderzoek lijkt dit effect zelfs omkeerbaar te zijn. Bovendien geldt dat als kinderen voor de zomer al goed presteerden, zoals hoogbegaafde kinderen, zij na de zomer ook goed presteren. Voor wat betreft leesvaardigheid blijkt bovendien dat hoogbegaafde kinderen net zoveel vooruitgang laten zien vóór de vakantie als tijdens de vakantie. Deze kinderen tijdens de vakantie veel schoolse activiteiten laten uitvoeren lijkt dan ook niet noodzakelijk.

Behoeft aan uitdaging en inspiratie

Daarnaast lijkt vakantie ook een positieve invloed te hebben op het mentale welbevinden van kinderen, waarbij met name actieve en sociale

activiteiten belangrijk lijken. Passieve activiteiten, zoals computeren en gamen, lijken juist samen te gaan met een verminderd welbevinden. Eenzaamheid en verveling liggen dan op de loer. Voor hoogbegaafde kinderen lijkt het dan ook, net als voor andere kinderen, belangrijk te zijn dat zij tijdens de vakantie voldoende sociale activiteiten met vriendjes en vriendinnetjes ondernemen. Ook zij hebben dit nodig om te kunnen ontspannen. Een uitdaging hierin is wellicht dat hoogbegaafde kinderen en jongeren zich eerder lijken te vervelen dan anderen, gezien ze veelal op zoek zijn naar uitdaging en intellectuele inspiratie. Sommige ouders maken zich daarnaast zorgen om het sociale netwerk van hun hoogbegaafde kind en zijn bang dat ze niet voldoende aansluiting vinden bij andere kinderen, bijvoorbeeld de kinderen uit de buurt. Veelal wordt deze ouders aanbevolen om bijvoorbeeld contact met ontwikkelingsgelijken te stimuleren.

Nut van speciale zomerprogramma's

Onderzoek laat zien dat zomerprogramma's of -kampen voor hoogbegaafde kinderen en jongeren hier uitkomst kunnen bieden. Zo werd gevonden in Amerikaans onderzoek dat jongeren die aan een zomerprogramma specifiek voor hoogbegaafden meededen, een grote vooruitgang lieten zien in hun zelfconcept en zelfvertrouwen (Cunningham & Rinn, 2007). Ook in Nederland zijn er talloze zomerprogramma's, -activiteiten en -kampen die specifiek bedoeld zijn voor hoogbegaafde kinderen en jongeren. Is dit een noodzaak voor hoogbegaafde kinderen? Zeker niet. Zolang het kind maar voldoende ontspanningsmogelijkheden heeft en, het liefst, actieve activiteiten onderneemt met andere kinderen! ●

Bronnen:

Cooper, H., Nye, B., Charlton, K., Lindsay, J., & Greathouse, S. (1996). The effects of summer vacation on achievement test scores: A narrative and meta-analytic review. *Review of Educational Research*, 66, 227-268.

Cunningham, L. G., & Rinn, A. N. (2007). The role of gender and previous participation in a summer program on gifted adolescents' self-concepts over time. *Journal for the Education of the Gifted*, 30, 326-352.

Holder, M. D., Coleman, B., & Sehn, Z. L. (2009). The contribution of active and passive leisure to children's well-being. *Journal of Health Psychology*, 14, 378-386.

Kuhfeld, M. (2019). Surprising new evidence on summer learning loss. *Phi Delta Kappan*, 101, 25-29.

McCoach, D. B., Rambo, K. E., & Welsh, M. (2013). Assessing the growth of gifted students. *Gifted Child Quarterly*, 57(1), 56-67.

Morgan, K., Melendez-Torres, G. J., Bond, A., Hawkins, J., Hewitt, G., Murphy, S., & Moore, G. (2019). Socio-economic inequalities in adolescent summer holiday experiences, and mental wellbeing on return to school: Analysis of the School Health Research Network/Health Behaviour in School-Aged Children Survey in Wales. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16, 1-13.

Paechter, M., Luttenberger, S., Macher, D., Berding, F., Papousek, I., Weiss, E. M., & Fink, A. (2015). The effects of nine-week summer vacation: Losses in mathematics and gains in reading. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, 6, 1399-1413.

Queen, B., & Stacey, J. (2010). The benefits of holidaying for children experiencing social exclusion: recent Irish evidence. *Leisure Studies*, 29, 29-52.