

Pedagogische ondersteuning

# Sinterklaas

**Veel gezinnen in Nederland vieren het Sinterklaasfeest op 5 december. In de weken voor 5 december is al veel aandacht voor Sinterklaas: op televisie, in winkels en op de meeste scholen en kinderopvanglocaties. De meeste kinderen genieten van dit vrolijke feest. Maar het kan ook een spannende tijd. Hoe gaat jouw kind daarmee om? En hoe houd je het betaalbaar?**

## Te spannend?

**Ieder kind is anders. Het ene kind geniet van gezonde spanning: krijg ik vannacht iets in mijn schoen? Het andere kind gaat er onrustig van slapen en misschien wel weer bedplassen. Jij kent je eigen kind het best. Probeer te ontdekken hoe spannend het voor jouw kind mag zijn. Wordt het zenuwachtig van het Sinterklaasjournaal, waar altijd wel iets mis dreigt te gaan? Kijk er in ieder geval samen naar, zodat je erover kunt praten en lachen. Verzeker je kind dat het altijd weer goed komt. Is het veel te spannend voor je kind? Zet de tv dan uit. Ook met liedjes en boeken kun je de sinterklaassfeer in huis halen.**

**Vindt je kind het een eng idee dat Piet 's nachts in huis komt? Stel dan voor dat je met hem afspreekt dat hij vroeg komt, voordat ook jij naar bed bent. Of stel voor de schoen buiten in de tuin of op het balkon te zetten. Sinterklaas komt misschien op veel plekken op bezoek: op school, thuis, bij opa en oma, op het werk van jou en/of je partner, in het winkelcentrum, etc. Als je overal met je kind heen gaat, zijn dat veel spannende momenten. Kies liever welke activiteiten jullie gaan doen. Eén pakjesavond is al leuk voor je kind. Maak van Sint of Piet geen boeman. Zeg bijvoorbeeld niet dat je kind geen cadeautjes krijgt als het iets doet wat niet mag. Je kind kan bang worden van het idee dat Pieten alles horen en doorvertellen aan Sinterklaas. Niet Sinterklaas, maar jij bent de opvoeder.**

**"Ik voel me veel zekerder als ouder. Ik weet nu beter hoe ik kan reageren op het gedrag van mijn kind."**

## Tips om het leuk te houden

Hoe meer je kind weet wat het kan verwachten, hoe fijner het is. Vertel dus wanneer Sinterklaas in Nederland aankomt, wanneer Sint en Piet op school op bezoek komen en wanneer de schoen gezet mag worden. Je kunt hiervoor een aftelkalender gebruiken, waar je kind stickers op mag plakken of dagen door kan strepen. Dat is leuk en geeft duidelijkheid: nog twee nachtjes slapen en dan... Spreek af wanneer je kind de schoen mag zetten, bijvoorbeeld in het weekend. Sinterklaas kan niet elke avond alle schoenen in Nederland vullen.

**Tips!**

**Laat je kind deze weken regelmatig buitenspelen om het hoofd leeg te maken en uit te razen. Samen rennen, naar het bos, het strand of de speeltuin. Lekker bewegen en de gedachten even afleiden van Sinterklaas is gezond. Je kind hoeft niet met de Pieten te dansen als het dat niet wil. Laat je kind zelf bepalen of het dicht bij Sint wil zijn of alles liever van een afstand bekijkt. Een hand geven of op schoot zitten hoeft echt niet.**

## Meer weten

Kun je tips en advies gebruiken bij de ondersteuning van je kind en je hebt alledaagse vragen over je kind? Dan kun je contact opnemen met ons en dan kijken we samen wat nodig is.




**Karin Lasaroms**
**06 51 05 62 22**
**k.lasaroms@lumenswerkt.nl**



**Hacer Ural**
**06 30 88 56 42**
**h.ural@lumenswerkt.nl**


Lumens