

## **Drukke periode**

Met zijn allen hebben wij bedacht dat Sinterklaas leuk is. Direct daarna komt Kerst, ook een bijzondere periode. Hoewel dit leuk en gezellig kan zijn, is het ook allemaal 'anders'. En dat is nou net iets waar sommige kinderen niet goed tegen kunnen. De meeste kinderen gedijen beter op structuur en voorspelbaarheid, bij sommige kinderen is het echt noodzaak. Voor deze kinderen is de periode vanaf Sint Maarten tot en met de Oud en Nieuw een erg onrustige periode.

Het sinterklaasfeest dat voor veel kinderen een hoogtepunt kan zijn, is voor de kinderen met behoefte aan duidelijkheid en structuur vaak erg spannend. Als deze spanning te veel wordt, kan zich dat uiten in ongewenst gedrag en hebben kind en ouders hierdoor meestal geen leuke feestdagen en/of voorbereidingstijd.

## **Onzekerheid**

Wie is Sinterklaas en wat doet hij? Hoe ziet hij er deze keer uit? Waarom is de Sint op school zo anders dan op tv? Hoeveel Pieten zijn er? Wat krijg ik allemaal? Wat gaat er gebeuren? Dat zijn zomaar wat vragen die kinderen met ASS of andere gedragsproblemen zichzelf kunnen stellen. Ze weten de antwoorden niet en dit geeft veel onzekerheid.

## **Voorspelbaarheid**

Maak het sinterklaasfeest thuis en op school zo voorspelbaar mogelijk. Worden er lootjes getrokken? Het kan helpen het kind al te laten weten wat hij of zij krijgt en wanneer het precies aan de beurt is tijdens de pakjesronde. Geef bijvoorbeeld aan (met een tekening) wat er die dag/avond precies gebeurt en vooral wanneer het afgelopen is. Houd het overzichtelijk en voorkom verrassingen. Is het kind bang voor Sinterklaas? Vertel dan wie er voor Sinterklaas speelt. Soms kan het voor het kind al een opluchting zijn om meer over het bestaan van Sinterklaas te weten.

*“Voor het kind is het niet jammer dat de verrassing eraf is, maar prettig dat de spanning eraf is”*

## **Voorspelbaar**

Ook Kerst kan bij kinderen de nodige prikkels opleveren. Houd rekening met de keuze van de kerstversiering. Grote glimmende ballen kunnen erg storend werken. Net als het overal neerzetten van kaarsen. De vlammetjes van de kaarsen geven erg veel prikkels. Zeker als het kaarslicht dan ook nog weerschijnt in de kerstballen. Het ritme met de Kerstdagen is anders dan tijdens de normale weken. Maak dit zoveel mogelijk voorspelbaar. Hoe laat gaan we naar opa en oma? Hoelang blijven we? Wat gaan we doen? Hoe laat gaan we eten en wat eten we? Wie komen er? Wie zit naast wie?

## **Duidelijke dagindeling**

Zorg dat de dagindeling tot op detail duidelijk is. De tijd die niet ingevuld is resulteert meestal in verveling en geklier. Soms kan de keuze zijn Kerst meer te beperken tot het eigen gezin. Een kort en gezellig bezoek aan familie kan een kerst met veel onrust en

geruzie voorkomen. Hoe leuk de feestmaand ook lijkt te zijn. Kinderen met behoefte aan duidelijkheid en structuur kunnen het vaak niet aan. Door ze niet volop te laten deelnemen aan de feestelijkheden, doe je ze echt niet te kort. Dan heeft iedereen een leuke Kerst en het scheelt vaak veel stress.

#### **Praktische tips voor de thuissituatie:**

- Kalender met alle activiteiten/afstreekkalender
- Volg het Sinterklaasjournaal op tv. (Hier praten kinderen onderling vaak over)
- Sint heeft geen sleutel, dus de schoen zetten we net buiten bij de deur (met wat lekkers voor het paard)
- Cadeautjes: afhankelijk van uw kind zo voorspelbaar mogelijk maken (wel/niet samen keuze maken, wel/niet samen kopen, wel/niet samen inpakken, wel/niet foto's maken.....)
- Volg de plaatselijke kranten: Waar komen Sint en Piet?
- Zodra uw kind gaat twifelen aan Sinterklaas...vertel hoe het zit. Probeer dit visueel te maken. Bijvoorbeeld met een fotoserie van het verkleed- en schminkproces
- Behoudt zoveel mogelijk de structuur en vaste rituelen: bedtijden, etenstijden en dergelijke

#### **Vragen?**

Mochten er vragen zijn rondom de festiviteiten op school of mocht u ondersteuningsvragen hebben rondom het gedrag van uw kind in deze periode, dan kunt u zich altijd richten tot de groepsleerkracht(en) van uw kind(eren) of bij de intern begeleiders.