



Het Sinterklaasfeest

De Sint is inmiddels in het land. Verschillende kinderen kijken naar het Sinterklaasjournaal, hebben hun schoen al gezet of zijn druk met het maken van een surprise! Een periode van gezelligheid, pepernoten en chocolade, cadeautjes en plezier. We vergeten soms alleen dat deze periode, met name voor de wat jongere kinderen, behoorlijk spannend kan zijn.

Tranen als Piet binnenkomt? 's Nachts niet meer kunnen slapen? Af en toe een ongelukje en opeens weer een natte broek? Allerlei signalen dat Sinterklaas ook spannend kan zijn. Wat kun je hier als ouder in betekenen?

Structuur

Houd thuis de normale structuur vast. Zorg ervoor dat de dagen er zoveel mogelijk hetzelfde zijn als anders. Laat je kind op dezelfde tijd naar bed gaan en eet op dezelfde tijd. Deze structuur biedt veiligheid tussen alle Sinterklaas momenten door.

De schoen zetten

Spreek met je eventuele partner af, wanneer en hoe vaak jullie kinderen de schoen mogen zetten. Aan kinderen is dit prima uit te leggen, de Sint heeft simpelweg geen tijd om elke dag ieder kind te bezoeken. Bij sommige kinderen zorgt het idee dat Piet door de schoorsteen komt voor slapeloze nachten. Waarom zou je hier aan vast blijven houden? Jullie kunnen er voor kiezen de schoen in de schuur te zetten, bij de achterdeur of bij een raampje.

Doe samen met je kind een klein lampje aan voor Piet en vraag in een brief aan Piet of hij hem uit wilt doen als hij weer weg is. Voor je kind is het zo duidelijk dat Piet ook weer weg is als hij wakker wordt. Want hoe spannend is het idee dat hij nog beneden kan zijn?

Lief of stout

We vertellen aan kinderen dat ze alleen cadeaus van de Sint krijgen als ze lief zijn geweest. Kinderen kunnen zich hier zorgen over maken. Ze vragen zich af of ze dan echt niets krijgen of dat ze misschien bij Piet in de zak moeten? Als ouder kun je er voor kiezen om dit idee niet uit te dragen. Ieder kind doet wel eens iets wat niet mag en is heus niet altijd lief, maar dit betekent niet dat ze geen cadeaus krijgen van Sinterklaas.

Wennen

Laat je kind weer wennen aan de Sint en zijn Pieten voordat hij weer in het land komt. Er zijn voldoende programma's en boekjes die je met je kind kunt lezen en bekijken. Verplicht je kind niet om bij de Sint of Piet op schoot te gaan zitten. Blijf erbij als je kind dit nodig heeft, een hand of af en toe even laten merken dat je er bent door middel van een knipoog of glimlach.

Fijne Sinterklaas namens het Centrum voor Jeugd en Gezin!

Vragen?

Vragen over dit onderwerp? Neem contact op met het Centrum voor Jeugd en Gezin via info@cjgregionarnhem.nl of 088-3555000. Kijk voor meer informatie over opvoeden en opgroeien op onze website: www.cjgregionarnhem.nl.