




Sinterstresss...

De Sinterklaasperiode staat weer voor de deur. De ene ouder kan hier helemaal naar uitkijken, terwijl een ander Sint en Piet liever ziet gaan. Het Sinterklaasfeest kan voor jou als ouder extra uitdagingen met zich meebrengen en best stressvol zijn. Wellicht herken je dit en ervaar jij ook veel spanning rond deze dagen? Is jouw kind ook zó zenuwachtig dat het er niet meer van kan slapen en alleen maar bezig is met welke cadeautjes het zal krijgen en wat er in zijn of haar schoen zit?

Mijn advies...kijk goed wat jouw kind aan kan. Niet alle kinderen zijn hetzelfde en reageren hetzelfde. Als jouw kind slapeloze nachten heeft, of teveel van slag is, kijk dan of je het kan helpen door bijvoorbeeld het aantal Sintactiviteiten te beperken. Je kunt ook meer duidelijkheid geven over wat je kind kan verwachten (mijn zoon vond het al spannend genoeg als ik hem van tevoren vertelde wat Sint voor hem zou meenemen).

Misschien heb je zelf een idee hoe je het leuk kan houden voor je kind, maar ben je bezorgd dat je het tekort doet door het anders te doen dan andere ouders. Doe vooral wat jij denkt dat goed werkt bij jÓuw kind, vertrouw op je eigen opvoedvaardigheden. Jij kent je kind uiteindelijk het beste.

*Heb je behoefte hierover door te praten of heb je andere vragen?
Je kunt een afspraak maken met de CJG-coach. Vraag op jouw school
hoe je hem of haar kunt bereiken.*



Bij ons kun je ook terecht voor **trainingen en cursussen** op het gebied van opvoeding en ontwikkeling. Bekijk ons aanbod en het aanbod in de regio op

www.samenopgroeien.nu

