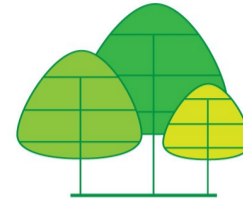


Naar de basisschool...



Nog even

Nog even en dan is het zover, dan begint uw kind met het basisonderwijs. Dat is een belangrijke periode die de basis legt voor de verdere ontwikkeling van uw kind. Het is immers ook de school waar uw kind de meeste jaren zal verblijven. In deze startkrant willen we u wat tips geven die belangrijk kunnen zijn voor het succesvol starten en vervolgen van het basisonderwijs. Immers: een goed begin is het halve werk. In deze startkrant komen drie thema's aan de orde, nl. het kind voorbereiden op weg naar de basisschool, het afscheid nemen straks en de zindelijkheid. Wellicht kunt u gebruik maken van de tips en misschien is het wel zo dat u kunt vaststellen dat bij u de inhoud al dik voor elkaar is. In dat laatste geval moet u deze krant maar als een bevestiging beschouwen van de weg die u al ingeslagen bent.

Uw kind voorbereiden

Zelfstandigheid.

In het hedendaags onderwijs wordt er veel belang gehecht aan het zelfstandig spelen, het zelfstandig werken en de redzaamheid. Dat heeft met twee verschijnselen te maken. In de eerste plaats vindt men het in het algemeen belangrijk dat kinderen zoveel mogelijk dingen zelf kunnen doen omdat het onderwijs o.a. het bevorderen van de zelfredzaamheid tot doel heeft.

Ten tweede is het zo dat de leerkracht niet overal tegelijk kan zijn en kinderen moeten dus soms even zelfstandig kunnen werken en spelen zodat de leerkracht op die momenten wat met een individueel kind of een groepje kan doen. Bovendien is ervaren dat je zelf iets kunt goed voor het zelfbeeld en het zelfvertrouwen van het kind.

Daarom is het belangrijk dat u bekijkt wat u uw kind thuis al kunt leren zelf te doen. Kies een bepaalde situatie uit het dagelijks leven die u uw kind zelfstandig uit wilt leren te voeren. Daarbij kunt u denken aan: opstaan, klaarmaken voor de peuterspeelzaal (school), alles wegleggen en ophangen als je terugkomt, zelfstandig even spelen, eten, klusjes doen (opruimen, ergens mee helpen), onderdelen van het naar bed gaan, etc.

Per activiteit bekijkt u welke onderdelen daaraan te onderscheiden zijn. Bij het naar bed gaan kan het dan gaan om onderdelen als: zelf opruimen, zelf uitkleden, zelf kleren wegleggen, zelf naar toilet gaan, zelf douchen / wassen, zoveel mogelijk zelf doen bij



het tanden poetsen, zelf nachtkleding aandoen, zelf kleren zoeken voor de volgende dag, zelf in bed gaan, het kind zelf laten zeggen wat het graag wil dat er dan nog even gaat gebeuren, enz.

Zo kunt u overal deelaspecten aan onderscheiden en het kind per onderdeel leren dat zelfstandig te doen. Dat kunt u doen door het voor te doen en daarbij alles te benoemen zodat de taal het kind ook weer kan helpen en daarna het kind het na te laten doen. Leer op deze manier uw kind systematisch de dingen zelf te doen. Als er dagelijkse kleine problemen zijn, kunt u beter niet meteen zelf de oplossingen aanreiken, maar eerst aan het kind vragen of het zelf een idee heeft om dat probleem op te lossen. Zelfstandig handelen is in de eerste plaats zelfstandig denken. Het zelf spelen, kunt u begeleiden door het kind even op weg te helpen en dan duidelijk aan te geven wat u van het kind verwacht. U zegt dan dat u nu zelf iets moet gaan doen en dat het kind dan niet bij u kan komen, maar zelf moet gaan spelen en ook zelf moet bedenken wat het kan gaan spelen. Begin dan met tien minuten en bouw dat uit naar een kwartier, twintig minuten. Als het kind dan toch bij u komt moet u verwijzen naar de opdracht en het later nabespreken. Op de volgende pagina is een lijst te zien die u een beeld kan geven wat met zelfredzaamheid wordt bedoeld.



Dit leer ik mijn kind

(Natuurlijk moet u dit in lerende zin zien. Wij verwachten **NIET** dat alles al beheerst is.)

1. **kleding**
 - jas aan- en uitdoen
 - zelf de jas ophangen
 - broek/rok/jurk aan/uitdoen
 - shirt/trui/blouse aan/uitdoen
 - sokken/kousen aan/uitdoen
 - ondergoed aan/uitdoen
2. **schoenen**
 - aan/uitdoen
 - los maken/dicht doen
3. **eten/drinken**
 - tas open maken/dicht doen
 - beker opendoen/dicht doen
 - lepelgebruik
 - vorkgebruik
 - mesgebruik
 - tafel dekken
 - tafel afruimen
 - zelf openen/schil afhalen/ papiertje afhalen van
4. **wc.-bezoek**
(inclusief handen wassen en afdrogen)
5. **kamer**
 - speelgoed pakken
 - dingen openen/sluiten, nl.
 - speelgoed opruimen
6. **dingen dragen**
 - spullen thuis
 - tas bij het in- en uitgaan van de peuterspeelzaal
7. **badkamer**
 - handen wassen/afdrogen
 - kleding weg leggen
 - tanden poetsen
 - wassen van
 - afdrogen
 - in douche/bad zelf
8. **voortbewegen** (onder begeleiding)
 - zelf lopen naar
 - zelf fietsen naar
9. **thuis algemeen**
 - deuren openen en sluiten
10. **taalredzaamheid**
 - antwoorden op vragen van anderen
 - iets vragen aan iemand
 - iets meedelen aan iemand
 - reageren op anderen.

Een goede luisterhouding

De ochtend begint op onze school in de kring, bijvoorbeeld als de namen worden opgenoemd. Ook verder op de dag komen kinderen vaak in de kring bij elkaar. In de kring worden dingen besproken, dingen aangeleerd, gesprekken gehouden, dingen getoond en gevraagd. Kortom, de kring is een belangrijke plaats op school. Kinderen leren in de kring ook te wennen aan klassikale opdrachten. Als kinderen in de kring niet goed meedoen, zal de school er alles aan doen om het gedrag in de kring te verbeteren. Niet meedoen in de kring kan met twee dingen te maken hebben:

- a. een slechte luisterhouding
 - b. het kind begrijpt niet goed waar het in de kring over gaat.
- Het is vanzelfsprekend dat de kringtijden niet al te lang duren.

We geven nu enkele mogelijkheden om er thuis ook wat aan te doen. Thuis is geen school en er moet thuis ook geen schoolje gespeeld worden, maar toch kunt u een bijdrage leveren aan de ontwikkeling van het kringgedrag.

Belangrijke tips zijn:

1. Lees uw kind iedere dag een stukje voor uit een voorleesboek. Daarbij zijn twee dingen belangrijk:
 - a. het is belangrijk dat het iedere dag gebeurt
 - b. het mogen in het begin korte stukjes zijn van één of twee bladzijden en uiteindelijk moet een kind zeker naar ongeveer vier bladzijden kunnen luisteren. Vraag op de bibliotheek om titels voor geschikte boeken.
2. Praat voor het naar bed gaan met het kind even over de dag. Vraag wat het kind het leukste van die dag vond en wat het het vervelendste vond. Vertel ook zelf enkele dingen over wat u mee hebt gemaakt.
3. Iedere dag zal het nodig zijn dat u met uw kind iets bespreekt. Soms is dat om iets te vragen, een opdracht te geven of om met het kind iets te bespreken dat goed ging of dat niet goed ging. Zorg er voor dat u bij die contacten de aandacht van het kind hebt.
4. Bij de punten 1, 2 en 3 van het voorafgaande is het volgende van belang:
 - a. Zorg ervoor dat u oogcontact met het kind hebt. Het kind moet u aankijken en u moet het kind aankijken. De luisterhouding begint met dat oogcontact.
 - b. Laat het kind eens nazeggen wat u zei. Zeg dan: "Ik ga je nu iets zeggen en als ik het gezegd heb moet jij het nazeggen." Herhalen van wat u zegt, stimuleert het goed luisteren, maar u moet dat wel even van tevoren aankondigen. Kijk eens hoe uw kind daarop reageert.
 - c. Een goede mogelijkheid om aandacht te krijgen en een luisterhouding te vragen, is het zacht vasthouden van de handen van een kind. Als u contact met het kind hebt, houdt u beide handen van het kind vast. Dat kan de aandacht vorderen.
 - d. Belangrijk is dat u ook zelf goed naar het kind kijkt en luistert. Kinderen moeten ervaren dat hun ouders ook een goede luisterhouding hebben. Dat laatste betekent dat u er de tijd voor moet nemen. Het betekent ook dat als u uw kind niet goed begrijpt, u moet vragen wat het bedoelt en of het het nog een keer wil vertellen. Meestal hebben ouders aan een half woord genoeg, maar het is belangrijk dat u uw kind leert om het zo goed mogelijk te zeggen.

Afscheid nemen

Soms komt het voor dat kinderen moeite hebben afscheid te nemen van hun ouders. Ze kunnen proberen het afscheid uit te stellen, blijven vragen om uw aanwezigheid, kunnen zielig gaan doen, gaan huilen en er soms een hele scène van maken. Hoewel veel kinderen een peuterspeelzaalervaring hebben, kan het gaan naar een school nog wat ingrijpender zijn.

Problemen bij het afscheid nemen hebben vaak te maken met een samenspel tussen de ouder en het kind. Men spreekt bij kinderen wel over scheidingsangst, maar er kan ook sprake zijn van scheidingsangst bij de ouder(s). Misschien is het wel zo dat u ook moeite hebt om afscheid te nemen van uw kind. Kinderen merken dat en dat kan een aanleiding zijn om het afscheid nemen te dramatiseren.

Onderstaand geven we u enkele aanwijzingen voor het afscheid nemen:

- Doe over het naar peuterspeelzaal (en straks naar school) gaan zo gewoon mogelijk. Niet dat het bijzonder is dat het kind naar school gaat, maar dat iedereen gaat, dat u geweest bent en dat het net zoiets is als de peuterspeelzaal. Praat er vooraf even over, maar niet te uitgebreid. Stel in elk geval geen drama oproepende vragen als: "Vind je het ook spannend?" en maak geen opmerkingen als: "Het is niet eng hoor."
- "Breng uw kind naar de peuterspeelzaal/school en houd het afscheid zo kort mogelijk. Dat wil zeggen: tot aan de klas brengen (of in groep 1 tot in de klas), kusje geven en vertrekken. Blijf zo kort mogelijk bij uw kind. Hoe langer u bij uw kind blijft des te moeilijker wordt het afscheid nemen. Uw kind kan op dat moment huilen, er een scène van maken, maar u mag er vanuit gaan dat de meeste kinderen zich weer gewoon gedragen als u verdwenen bent. Dat laatste is ook een teken dat er geen sprake is van echte scheidingsangst.
- Tik in elk geval niet tegen het raam van het lokaal zodat afscheid nemen herhaald wordt en onnodig wordt verlengd. Dat maakt het afscheid nemen alleen maar moeilijker voor het kind (en u).
- Spreek met de leidster/leerkracht af dat ze u belt als het echt helemaal niet gaat.
- Soms kunt u ook afspreken dat de school u even belt als het goed gaat. Daar is, gezien de drukke werkzaamheden van de leerkracht, niet altijd tijd voor.
- Probeer als u naar huis gaat iets te ondernemen, boodschappen te doen of bij iemand op bezoek te gaan zodat u ook niet steeds met uw gedachten bij uw kind bent.

Besteed thuis ook achteraf geen aandacht aan het afscheid nemen, maar praat over wat het kind gedaan heeft op de peuterspeelzaal/school.

Soms kan er wel sprake zijn van echte scheidingsangst van de kant van het kind. Het kind wil u dan niet loslaten, doet angstig, huilt en schreeuwt, wil met u mee of wil dat u blijft. Dat kan ontstaan door een onjuiste manier van afscheid nemen, maar het kan ook te maken hebben met de persoonlijkheid van het kind en/of eerdere ervaringen met een combinatie van problemen bij ouder en kind.

Bij kinderen kan de achtergrond te maken hebben met:

- van nature onzekere kinderen
- kinderen die veel scheidingsangst hebben moeten maken door bijv. ziekenhuis bezoek

Tips bij het afscheid nemen:

1. Bekijk eventueel met de leidster/leerkracht hoe u het beste afscheid kunt nemen van uw kind bij het schoolbegin. Belangrijk is af te spreken dat u in elk geval niet blijft. Het is aan te bevelen kordaat en resoluut afscheid te nemen. Het kan dan zijn dat uw kind er een hevige scène van maakt. U moet zich daarbij realiseren dat de leerkracht dat wel vaker heeft meegemaakt en het kind van u over kan nemen en het probeert te troosten.
2. Reageer rustig als u uw kind ophaalt van de peuterspeelzaal/de school. Vraag niet hoe het gegaan is en ga niet in op heftig gedrag van het kind. Keur dat ook niet af. Neem uw kind zo neutraal mogelijk mee naar huis omdat heftig reageren van de ouder ook de scheidingsangst kan vergroten.
3. Praat thuis zo weinig mogelijk over het afscheid, maar alleen over wat het kind gedaan heeft. Veel aandacht schenken aan het afscheid nemen, kan het afscheid nemen dramatiseren.
4. Versterk het zelfvertrouwen van uw kind in deze periode door uw kind veel pluimpjes te geven.
5. Er zijn kinderen met scheidingsangst die huilen bij het afscheid nemen en ook wel een hele scène maken, maar die weer rustig worden als de ouder weg is en na een half uurtje gewoon meedoen alsof er niets aan de hand is geweest. Die situatie verdwijnt, mits u zo neutraal en kortstondig mogelijk afscheid van uw kind kunt nemen.



Zindelijkheid

Een basisschool is geen crèche of kinderopvang maar een onderwijsinstelling en dat betekent dat u niet kunt verwachten dat men uw kind verschoont. Meestal staat er maar één leerkracht voor de groep die geen tijd heeft uw kind te verschonen. Dat betekent dat u al veel eerder met de zindelijkheidstraining moet beginnen, maar ook kunt beginnen. Vanaf ongeveer 2½ jaar zijn kinderen in staat om controle over de sluitspieren te krijgen en dat betekent dat u al vanaf het tweede jaar met de zindelijkheidsopvoeding kunt beginnen. De meeste kinderen zijn zindelijk als ze 3½ jaar zijn! De zindelijkheidsopvoeding is iets wat u wel bewust dient uit te voeren. Dit opvoedingsaspect kunt u in drie fasen opbouwen.

Fase 1 De verkenningsfase

Plaats een potje in de (bad)kamer en laat het kind daar steeds even opzitten zonder dat het zijn behoefte hoeft te doen. Zet het kind ook eens zonder luier op het potje om te kijken of het spontaan op het idee komt om er wat op te doen. Veel kinderen van 2 jaar ervaren zelf het plassen en de ontlasting en vanuit dat bewustzijn kan de zindelijkheidsopvoeding starten. Wijs het kind in deze fase er ook op dat volwassenen gewoon naar de wc gaan en dat dat normaal is voor iedereen. Zet ook het speelgoedpopje van het kind regelmatig even op het/een potje.



Fase 2 Op het potje

Probeer er achter te komen wanneer de plas of ontlasting van het kind overdag over het algemeen komt. Het is aan te bevelen uw kind dan op het potje te zetten. Blijf dan bij het kind, praat met het kind of bekijk samen een boekje. Uw kind is er dan wat minder op gericht dat het een MOETEN is, maar ontspant zich en u hoopt dat de natuur zijn werk kan doen. Als uw kind iets geproduceerd heeft, laat u merken dat u daar blij over bent. Het is van belang uw kind niet te dwingen. Maar u moet het wel iedere keer proberen. Deze gerichte aanpak op een bepaalde tijd kan ook voorkomen dat u uw kind ieder moment van de dag gaat achtervolgen met het potje. Als u dat op een vaste tijd doet en rustig en niet al te overdreven, gaat het kind ook die regelmaat ervaren. Het is wel heel belangrijk dat u nooit vergeet om het potje op dat moment of op die momenten aan te bieden. Bij veel kinderen komt er dan een keer een moment dat ze zelf om het potje vragen. Als uw kind zo enkele maanden het potje gericht kan gebruiken, kunt u ook de overstap naar de wc proberen te maken. (U kunt de zindelijkheidstraining ook eerst op het potje proberen te bereiken.) Het is aan te bevelen om de zindelijkheidstraining in de zomer te beginnen. Kinderen lopen dan wat makkelijk-

ker zonder luier en als ze dan in hun broek plassen dan is dat onaangenaam en vies en een extra aansporing om zelf te zeggen dat je op het potje wilt. U mag uw kind daar ook wel aan herinneren. U zegt dan: "Als je moet plassen dan zeg je het maar, want dan pakken we het potje."

Een tip is ook om het kind een gewoon broekje aan te doen en daar de luier overheen aan te trekken zodat het kind het in de broek doen ook zelf als onplezierig ervaart.

Een van de redenen waarom kinderen niet zo moeilijk doen over het in de broek plassen is dat de pampers (o.i.d.) van tegenwoordig zo goed absorberen. In de peuteropvoeding spreekt men er wel over dat je kinderen de 'nattigheid moet laten voelen' door niet van die perfect absorberende luiers te gebruiken. Ze krijgen dan een hekel aan die nattigheid en dat kan hen aansporen zindelijk te worden.

Hanteer ook beloningen als het goed is gegaan zoals een snoepje of een leuke sticker op de pot. Voorkom dat het kind te lang op het potje zit. Zet het liever met regelmatige tussenposen op het potje dan te lang achter elkaar. Soms wil de truc met de lopende kraan ook nog wel helpen om het kind te laten plassen. Het popje van het kind kunt u nu ook als model gebruiken door het op het potje te zetten (En er gauw wat water in te gooien) en vervolgens overdreven blij te doen omdat de pop op het popje heeft geplast.

Fase 3 Van het potje naar de wc

Ook hier is een verkenningsfase aan te bevelen door het kind te laten kijken welke geluiden er bij een wc horen. Laat het kind eventueel een keer doortrekken of doortrekken als u wat op de wc hebt gedaan. Zet het kind op de wc en spoor het aan daar zijn behoefte te doen. Blijf er in elk geval bij en help het kind ook bij het afvegen en handen wassen. Trek samen door.

Denk ook aan de mogelijkheid van een brilverkleiner zodat het kind niet bang wordt van de 'diepte' waarin het kijkt. Soms hebben kinderen zo'n heftige peuterkoppigheid dat ze het zindelijk worden weigeren. Kinderen moeten het immers wel willen.

Als het kind het niet wil zal dwingen van uw kant tot gevolg hebben dat het kind zal reageren met grote hardnekkigheid. U kunt er dan voor kiezen om het even uit te stellen. De kans dat er een machtsstrijd ontstaat is geringer als u er op zo jong mogelijke leeftijd mee begint op de manier zoals in het voorafgaande is aangegeven.

Als het kind ook een ouder broertje of zusje heeft dat wel zindelijk is dan kunt u het kind ook wijzen op het zindelijkheidsgedrag van dat kind.

Laat regelmatig even zien hoe blij u bent als de pop het ook weer op het potje heeft gedaan.

Tot ziens

We hopen dat uw kind een goede tijd heeft bij ons op school en we zijn altijd bereid om met u te praten over hoe het met uw kind gaat en vragen te beantwoorden over het functioneren van uw kind op onze school.

Tot ziens.

