



De stoomboot van Sinterklaas heeft morgen weer in Nederland aan. Hoe voorkom je sinterklaasstress? Studenten van de Academische lerarenopleiding van de Utrechtse Marnix Academie en Emmeliek Boost van de Opvoeddesk geven deskundig advies over decemberdilemma's.

door **Herald Hofmeijer** en **Lindy Jense**

Sinterklaas is voor het ene kind het hoogtepunt van het jaar, het andere ziet er weken tegenop. En het feest levert ook lastige vragen op voor ouders en leerkrachten.

Niet alleen 'zoete' kinderen krijgen iets lekkers.

Sommige ouders vertellen kinderen dat ze veel cadeautjes krijgen als ze lief zijn. Kinderen kunnen dan zorgen maken en bang zijn dat Sinterklaas teleurgesteld is als ze iets doen wat niet mag. Vertel het kind dat sint alle kinderen lief vindt. „Sinterklaas is van oudsher een kindervriend”, zegt Emmeliek Boost. „De viering is met rituelen omgeven, samen zijn staat centraal. Sint is geen boeman, maar hij hoort kinderen ook niet met spullen te overladen. Ouders moeten zich niet gek laten maken door de commercie.

Hoe ga je om met kinderen uit een cultuur waarin Sinterklaas niet voorkomt?

Boost: „Door je goed te informeren. Misschien viert het vriendje van je kind geen Sinterklaas, maar wel het Suikerfeest. Daarover kun je praten en hem laten weten dat je je ook voor hem interesseert. Veel allochtone ouders zijn niet op de hoogte van de gebruiken van de sintviering. Overleg met de leerkracht kan het kind voor teleurstelling behoeden, bijvoorbeeld als klasgenoten de schoen zetten en hij niet. De ouders kunnen dan zeggen dat sint zijn schoen vast niet had kunnen vinden en het alsnog doen.

Hoe voorkom je dat je tegen je kind moet liegen over de sint?

Een ding staat voorop: een ouder moet zijn geloofwaardigheid houden. Liegen is daarom niet aan te raden. Beantwoord vragen met wedervragen. Het kind wordt zo uitgedaagd zelf conclusies te trek-

ken, op zijn eigen niveau. Zo kan het volgende gesprek ontstaan:
Nadia: „Kan Zwaarte Pier echt door een schoorsteen?”

Vader: „Ik weet het niet. Wat denk je zelf?”
Nadia: „Ik denk dat het niet kan.”
Vader: „Maar hoe zou dat cadeautje dan vanuit de schoen in je schoen zijn gekomen?”

Nadia: „Ik denk dat hij een sleutel-tje van ons huis heeft.”
Vader: „Tja, dat zou kunnen.”
De vader geeft geen antwoord en laat het kind zelf logisch nadenken. Zo voorkom je een geloofs-crisis en houdt de ouder het respect van het kind. Boost: „Als je kind snapt dat Sinterklaas niet bestaat, moet je hem het gevoel geven dat hij de boodschap van het feest begrijpt. Nu kun je samen de boodschap van sint, wees goed voor je kind, doorgeven. Op internet staan verhalen en legendes over Sinterklaas, die prima kunnen dienen als overgangsverhalen voor kinderen van 8, 9 jaar.”

Is de sinterklaas-traditie schadelijk voor kinderen?

In de leeftijd van 6 tot 8 jaar lopen de overtuigingen over het bestaan van Sinterklaas tussen kinderen onderling flink uiteen. Als ouder is het van belang eerder te sturen op het proces van dit debat dan op inhoud. Ouders kunnen hooguit vragen stellen als een discussie verandert in 'welles-nietes'. „Waarom denk je dat dat zo is? „Hoe zou het kunnen dat? Geef echter nooit antwoorden. Kinderen hebben het recht van mening te verschillen, juist dit kan een zeer leerzaam proces zijn.

Hoe verklaar je aan kinderen dat niet iedereen even grote cadeaus krijgt?

Her ene kind krijgt een fiets, een computer en een Playmobil dierenruin. Het andere kind moet het doen met een kleurboek en een speculaaspop. Dit is natuurlijk ook de persoonlijke keuze van

Hoe ga je om met een groep met kinderen van 'gelovigen' en 'niet-gelovigen'?

In de leeftijd van 6 tot 8 jaar lopen de overtuigingen over het bestaan van Sinterklaas tussen kinderen onderling flink uiteen. Als ouder is het van belang eerder te sturen op het proces van dit debat dan op inhoud. Ouders kunnen hooguit vragen stellen als een discussie verandert in 'welles-nietes'. „Waarom denk je dat dat zo is? „Hoe zou het kunnen dat? Geef echter nooit antwoorden. Kinderen hebben het recht van mening te verschillen, juist dit kan een zeer leerzaam proces zijn.

Hoe verklaar je aan kinderen dat niet iedereen even grote cadeaus krijgt?

Her ene kind krijgt een fiets, een computer en een Playmobil dierenruin. Het andere kind moet het doen met een kleurboek en een speculaaspop. Dit is natuurlijk ook de persoonlijke keuze van

ouders. Als het op school is toegestaan na Sinterklaas een cadeautje te laten zien, is het verstandig niet het grootste geschenk mee te geven. Emmeliek Boost heeft weinig op met het geven van dure cadeaus. „Wie zich helemaal surft koopt, doet het sinterklaasfeest schade. En het kind ook. Je geeft in feite de boodschap dat sinterklaas neerkomt op spullen, op materie.”

'Juf/papa/mama, bestaat Sinterklaas?'

Met wat handigheid is de naakte waarheid best te omzeilen. Voorwaarde is wel dat de ouder of leerkracht het kind volgt in zijn eigen gedachtegang. Dat kan met denken mee op en gaat er mee naar bed. Houd het binnen de perken, is mijn advies. Het is al fijn als ouders schoencadeautjes geven die gewoon in de schoen passen.

reageren?
gezondheid@wegener.nl

Spelregels voor het sinterklaasfeest

- Ouders moeten zich afvragen: wat voor ritueel wil ik vieren? Wie weet hoe sinterklaas wordt vormgegeven, kan afspraken maken met (ex-)partners, opa's en oma's over de hoeveelheid en afmetingen van de geschenken.
- Maak van sint en piet geen boemannen. Het hart klopt vol verwachting, niet vol angst.
- Haal de sint niet te vroeg in huis. Elke dag de schoen zetten, is niet nodig, eens per week is genoeg.
- Drie weken van tevoren met verlanglijstjes in de weer gaan, levert ook onnodig veel spanning op.
- Leerkrachten kunnen duidelijke afspraken maken met de ouders in hun klas over het moment waarop de schoen op school wordt gezet en de grootte van het kadootje.
- Houd het aantal vieringen op andere locaties beperkt. Sint komt op het werk van ma en pa, op de club, muziekles, je hoeft niet overal aan mee te doen, zegt opvoedkundige Emmeliek Boost. „Minder is in dit geval echt meer.”
- Laat de fantasie van het kind weerlos. Boeken over Sinterklaas voorlezen, werkt beter dan de eindeloze stroom beelden op televisie.
- Zet niet direct een kerstboom neer als de sint weg is. Kinderen vallen dan van het ene ritueel in het andere. Maak de overgang geleidelijk. Boost: „Begin op de eerste zondag van december met het ontsteken van een kaars. Net als Kerstmis is sinterklaas immers ook een feest van het licht.”

www.opvoeddesk.nl
Tel.nr Opvoeddesk: 035-6957020
www.beleven.org/feesten/sinterklaas
www.sinterklaasmythen.nl

illustratie Judith Hofmann