

Nieuwsbrief

In deze nieuwsbrief:

Bericht vanuit het team

Column Jacqueline Tournier

Mededelingen

Feestdagen en openingstijden

Beste ouders,

Het zonnetje begint weer heerlijk te schijnen en daar genieten de kinderen volop van! Ze spelen fijn in de tuin en hebben zichtbaar plezier samen.

Ons laatste thema was *verkeer*. De peuters hebben zelfs hun "rijbewijs" gehaald. Wat waren ze trots! Het was ontzettend leuk om te zien dat er zoveel ouders kwamen kijken. Dank daarvoor!

Inmiddels zijn we gestart met een nieuw thema: *feest*. Dit is al goed zichtbaar in de gang. Zo hebben we een Albert Heijn-winkeltje ingericht met echte (feest) materialen.

In het winkeltje spelen de kinderen rollenspellen. Er is een kassa en een pinautomaat, en de situatie uit het echte leven wordt zo goed mogelijk nagebootst. Op deze manier leren de kinderen spelenderwijs hoe het er in een winkel aantoe gaat.

We kijken uit naar een feestelijk en leerzaam thema!

Team Hildegardis Kinderopvang



"Het autonome zenuwstelsel, autonomer dan je denkt!"

Jacqueline Tournier



In mijn lange ervaring als orthopedagoog en therapeut ben ik natuurlijk altijd op zoek naar de meest succesvolle interventie...wat werkt nu het beste?

Eigenlijk moet ik tot de conclusie komen dat de biologie mij wat beter helpt in mijn werk dan de psychologie. Hoe zit dat?

Steeds duidelijker wordt het wat de rol is van ons zenuwstelsel op ons gedrag. Ons zenuwstelsel registreert prikkels om ons heen (geluiden, geuren, beelden etc.) en prikkels binnenin ons (bijvoorbeeld gevoelens of pijn) en op basis daarvan komt er een reactie. Als we iets heets aan raken, dan trekken we onze hand weg, dat gaat automatisch: ons zenuwstelsel registreert gevaar en er komt een impulsieve terugtrekkende beweging zonder na te denken. Vandaar de naam: autonome zenuwstelsel, het is autonoom en het werkt niet op onze gedachten. Het reageert primair en direct om ons veilig te houden van gevaren.

Dat autonome zenuwstelsel is gemaakt om ons veilig te houden en dus zoekt het altijd naar tekenen van gevaar. En gevaar dat moet je zien in de ruimste zin van het

woord. Want de ene mens is veel gevoeliger dan de andere en ziet dus sneller gevaar in dingen. Ook kan het zijn dat je als mens al akeelige dingen hebt meegemaakt waardoor je sneller gevaar ziet in misschien voor anderen onschuldige situaties.

Een stemverheffing, een dreigend gevoel, een afkeuring, kritiek, een ruzie, een gevoel van onrecht, een onvoldoende...het kunnen voor mensen tekenen van gevaar zijn. En op dat moment komt er vanuit het autonome zenuwstelsel dus een directe reactie: wegwezen hier (vluchten), of het gevaar proberen weg te krijgen (vechten), of misschien proberen heel aardig en onderdanig te worden zodat het gevaar je niet zal raken (pleasen). Het is de biologie van de overlevingsreacties. Ze komen op een signaal van gevaar en worden zonder nadenken geactiveerd om ons direct in veiligheid te brengen.

Kinderen hebben deze reacties ook, en juist vaak als reactie op het gedrag van hun ouders en andere vertrouwde volwassenen, bijvoorbeeld hun leerkracht of pedagogisch professional. Want ouders en bekende volwassenen zijn hun rots in de branding, zonder ouders overleven kinderen niet en zonder erbij na te denken weten kinderen van binnenuit: als het mijn ouders niet goed gaat, dan ben ik verloren. Wat dus ook weer een teken van gevaar is, waar dan ook weer een overlevingsreactie door kan komen: hard huilen, wegllopen, weglachen, boos gedrag... Vanuit het autonome zenuwstelsel...niet over nagedacht, een instinctieve reactie.

Het is soms moeilijk te geloven voor ouders waar ik mee werk dat dit gedrag echt vanuit de biologie komt en niet dat het kind psychisch moet veranderen. Wat we eraan kunnen doen? Kinderen een groter gevoel van veiligheid geven. Rustig en duidelijk begrenzen, voorspelbaar zijn, structuur bieden. En voor kroelen en knuffelen als het kan. Kortom, het gevoel van veiligheid vergroten. Als je dat volhoudt en zelf in je gedrag ook niet onvoorspelbaar wordt door een stress gerelateerde overlevingsreactie zie je het vaak enorm opknappen. Ik zie de wereld en de mensen om mij heen inmiddels steeds meer als wandelende zenuwstelsels die zoeken naar gevaar en als ze dat vinden, daarop reageren met een overlevingsreactie. Zonder erbij na te denken. Heeft de mens vrije gedragskeuze onder stress? Ik geloof daar niet in: de biologie wint het dan van de psychologie.. Helaas, maar de psychologie kan dan wel weer helpen om daar wat mee te doen. Gelukkig maar!

Jacqueline Tournier

Carlina komt weer terug

Carlina is vandaag weer gestart na een fijn zwangerschapsverlof!

Feestdagen en openingstijden (t/m mei)

De komende maanden zijn er een aantal feestdagen waarop onze openingstijden afwijken:

- Tweede Paasdag (maandag 6 april) – **gesloten**
- Koningsdag (maandag 27 april) – **gesloten**
- Bevrijdingsdag (dinsdag 5 mei) – **gesloten**
- Hemelvaartsdag (donderdag 14 mei) – **gesloten**
- Tweede Pinksterdag (maandag 25 mei) – **gesloten**

Nieuw dit jaar is dat Bevrijdingsdag (5 mei) volgens de CAO Kinderopvang een officiële feestdag is voor medewerkers. In overleg met de OAC is besproken dat deze dag een ruildag wordt. U kunt in overleg met de pedagogisch professional deze ruildag inplannen.

Spontaan uitstapje naar de kinderboerderij

Binnen ons nieuwe thema *Samen feestvieren* hebben we met de kinderen een spontaan uitstapje gemaakt naar boerderij Wilgenhof. Wat was dat een feest!

De dieren maakten veel indruk. Sommige kinderen vonden het nog een beetje spannend en keken liever naar de dieren, terwijl anderen het juist geweldig vonden om dichtbij te komen en ze aan te raken.

Ook de speeltuin viel goed in de smaak, vooral het watergedeelte waar de kinderen zelf water konden pompen. Dat zorgde voor volop plezier en enthousiasme!

We hebben samen gepicknickt in de natuur, wat voor zowel de kinderen als de pedagogisch professionals een mooi en gezellig moment was.

Kortom: een geslaagde en feestelijke dag om met veel plezier op terug te kijken!

