

THE GENTLE KIDD

Afstemmen en reguleren: co-reguleren van dag tot dag



www.thegentlekidd.com

Reguleren: dag tot dag



Vaste routines, voorspelbaarheid, aankondiging bij overgangen en veranderingen



Verhalen en boeken ter voorbereiding van grote veranderingen, zoals een eigen kamer



Visualisaties, zoals foto's, bij grote veranderingen zoals de start van opvang of school



Tijd om gewoon te spelen, zelf het spel te sturen



Extra tijd voorzien bij overgangen, bv. voor het ochtendritueel en vertek



Speelsheid bij rituelen en routines, bv. bij bedtijd

Reguleren: lastig gedrag

In perioden van erg veel moeilijk en uitdagend gedrag, kan het helpen deze zaken te verminderen bij jonge kinderen:

- Scheiding van de ouders
- Veel sociale contacten zonder toereikend toezicht van een volwassene
- Drukke, een volle planning
- Veel moetjes, weinig keuzes
- Prikkelonevenwicht, veel stil zitten, schermtijd

In perioden van erg veel moeilijk en uitdagend gedrag, kan het helpen om meer ruimte te geven aan deze elementen:

- Gezien worden, verbinding
- Vrij spel
- Speelsheid in alledaagse interacties
- Tijd samen, gezinstijd
- Autonomie, keuzevrijheid binnen een veilig kader
- Ontprikken, veel bewegen, veel bewegingsvrijheid

Autonomie en verbinding

Over autonomie

Kinderen hebben een natuurlijke drang naar autonomie. 'Het zelf willen doen' behoort tot de peuterontwikkeling. Autonomie onderscheidt zich echter van zelfstandigheid. Kinderen hebben ons nog nodig en moeten dat ook voelen. Het is dus key om een evenwicht te zoeken in de zorgende taak als ouder op ons blijven nemen en voldoende keuzevrijheid en autonomie geven aan het kind. Ouders sturen het ruime kader en kinderen mogen de inkleuring voorzien.

Over verbinding

Kinderen voelen zich echt verbonden als ze zich 'gezien voelen'. Een kleine glinster in je ogen wanneer je hen terugziet na een schooldag of dag opvang, ervan genieten om hen te helpen de schoenen aan te doen, interesse tonen in hun spel en hier vragen over stellen,... Het doet een kind voelen dat je er echt bent. Het zijn niet de grote gestes, maar wel de kleine alledaagse interacties die maken dat een kind zich verbonden voelt.