

Jette holt blij het schoolplein af als ze haar moeder ziet. Lekker vakantie, zes weken lang, doen waar je zin in hebt. Opgetogen zwaait ze naar haar vriendinnen: "Doei, we bellen wel om te spelen!" En weg fietst ze.



De vakantietijd is weer aangebroken. Even los van het strakke ritme. 's Ochtend wat relaxt starten. Even niet de kinderen aanspreken om vooral snel de kleren aan te trekken en te gaan ontbijten, tanden poetsen, tassen pakken en fietsen maar.

Aan het begin van zo'n vakantie lijken de zes weken eindeloos. Heerlijk even rust.

Een hele klus

Een enkele ouder heeft een dubbel gevoel bij de vakantie. Alles een tandje lager is prettig. Maar verder? Zes weken de kinderen vermaken, lijkt een hele klus. Het schoolritme - wat voor kinderen eigenlijk prettig is, vanwege de structuur in de week- valt weg. De dagen lijken eindeloos veel mogelijkheden te bieden. Wat gaan we doen? Hoe pakken we het op?

Sommige kinderen, die juist baat hebben bij een goede dagstructuur vallen in een gat. De regelmaat is weg. Er kan uit zoveel activiteiten gekozen worden. Bovendien geven

activiteiten die nog niet eerder zijn gedaan, mogelijk onzekerheid.

Op vakantie

Voor het gezin is het vaak een welkome onderbreking als er een mogelijkheid van 'op vakantie gaan' in zit. Het doorbreekt de vakantie-weeken. Het kan goed zijn om samen met het hele gezin te genieten van elkaar, van de rust en de bezinning. Maar ook om met elkaar na te denken over wat God voor ons betekent. Samen genieten van de natuur en de cultuur om ons heen. Een vakantie is vaak een moment

om als gezin weer tot elkaar te komen in onze jachtige tijd. Het geeft echter ook voor kinderen een stuk onrust. Want als we op vakantie gaan is het ook weer even wennen. Kinderen die gehecht zijn aan structuur en de bekende dingen te doen, slapen nu in een vreemd bed, in een vreemde kamer en met een vreemde geur. Hoeveel tijd krijgt een kind om te acclimatiseren aan de vreemde omgeving en aan een ander dagritme? Het is goed om er bewust van te zijn dat al deze vreemde dingen, tijd kost om te verwerken en te wennen.

Yes, we hebben vakantie!

Het is handig om rekening te houden met de kinderen en niet direct na aankomst op de plaats van bestemming, op pad te gaan. Kinderen vinden het heerlijk om even de directe omgeving te verkennen. Waar is de speeltuin? Hoe ziet de camping eruit? Waar zijn de douches en de toiletten? Kennismaken met nieuwe vriendjes gaat voor de een makkelijker dan voor de ander. Als ouders is het goed om daar ook bewust van te zijn. Als iedereen een beetje gesetteld is, kan de ontspanning beginnen...

Verveling biedt creativiteit

Of we nou thuis of buitenshuis vakantie hebben: Er hoeft niet elke dag iets spectaculairs georganiseerd te worden. Er zijn diverse mogelijkheden om de vakantie goed in te delen. Het gewoon lekker thuis zijn in de tuin, biedt kinderen ook de mogelijkheid om creatief te denken. Hutten bouwen, skeeleren, knutselen, lekker de speelgoedkast eens uitruimen. En de overvloedige spulletjes op straat verkopen... En dan opeens de uitroep: "Ik verveel me, ik weet echt niets te

doen." Dat zijn momenten waarop een kind moet leren zichzelf te vermaken en moet leren inzien dat mama niet iemand is die alles kan bedenken. Verveling biedt uiteindelijk weer ruimte voor creativiteit!

Planbord

Ook in de vakantie is het voor ouders en kinderen prettig als er enigszins structuur wordt geboden. De maaltijden en het naar bed gaan biedt al wat duidelijkheid aan structuur. Bovendien kan het voor sommige kinderen prettig zijn als er een planbord is. Op dit planbord kan bijvoorbeeld aangegeven worden: welke activiteit we op welke dag gaan doen. Wanneer men vooraf vertelt wat er gaat gebeuren kan dit al heel veel duidelijkheid geven.

Een fijne vakantie!

■ Annelies Thijsen-Bos

De auteur is verbonden aan Forestconsult voor psychosociale dienstverlening.

 www.forestconsult.nl

