

HET CONSULT

Het oudste kind gelooft niet meer in Sinterklaas: hoe pak je die overgang aan?

Hoe zorg je dat een kind dat het geheim van de Sint doorheeft, het niet aan broer(s) of zus(sen) verklaart? 'Geef het een rol in het toneelstuk.'

ANNA VAN DEN BREEMER



Vanuit het niets vertelde mijn 7-jarige dochter dat ze twijfelde over Sinterklaas. "Hoe kan hij op één avond alle cadeautjes bezorgen?" Vroeg of laat krijgen veel ouders ermee te maken: hoe betrek je een niet-gelovig kind bij het grote Sinterklaas-complot, zonder dat de magie verloren gaat voor broertjes en zusjes?

De meeste kinderen stoppen met geloven in de goedheiligman als ze 7 à 8 jaar zijn. Dan eindigt de fase van magisch denken, waarbij fantasie en realiteit door elkaar lopen. "Ik hoorde dat veel kinderen verdrietig zijn als ze horen dat Sinterklaas niet bestaat. Volwassenen kunnen dat moment vaak zelf ook nog terughalen", zegt auteur Chariva Zaandam. Om een zachte landing te bieden, schreef ze het boek *Sinterklaas voor grote kinderen*, waarvan 36.000 exemplaren zijn verkocht.

In het boek leren kinderen wie Sint Nicolaas was en dat hij heilig werd verklaard omdat hij de armen hielp. Zo was er eens een koopman die geen bruidsschat kon betalen voor zijn drie ongehuwde dochters. Sinterklaas gooide gouden munten in hun schoenen zodat ze goed terecht zouden komen.

Ook zit er een contract in het boek, waarmee kinderen beloven dat ze het geheim bewaren. Vervolgens moeten ze het papier goed verstoppen. "Kinderen vinden het ondertekenen van zo'n contract een grote eer", zegt Zaandam. "Ze zijn ook trots: ze krijgen een hoofdrol in het grote toneelstuk dat volwassenen opvoeren." Ouders kunnen ervoor kiezen hun kind daadwerkelijk te laten meehelpen met de festiviteiten, bijvoorbeeld door 's avonds de schoentjes te vullen. "In het begin is het vaak al spannend genoeg dat je samen zo'n geheim bewaart en af en toe een knipoog uitwisselt."

Ouders hoeven niet bang te

zijn dat oudere kinderen snel hun mond voorbijpraten tegenover broertjes of zusjes. "Kinderen die heilig geloven in Sinterklaas horen dat toch niet", zegt Annelies Bobeldijk van Wow Opvoedcoaching. Zelf maakte ze mee dat haar man vergeten was de zak met cadeaus naar zolder te brengen voor pakjesavond. "Dus stonden er die ochtend drie zakken in de woonkamer." Toch viel geen van haar zoons van het Sinterklaas-geloof af. "We stopten een briefje van Sint in de bus dat hij de zak was vergeten en of we alles bij de achterdeur wilden zetten." De conclusie: kinderen gebruiken hun fantasie om het (soms nogal rammelende) verhaal rondom de man met de tabberd kloppend te maken.

TWIJFELFASE

Vaak is er sprake van een lange twijfelfase. Mijn dochter oppert de ene dag dat haar vader en ik de cadeautjes kopen, maar het volgende moment zingt ze in een pietepak uit volle borst mee met 'Hoor wie klopt daar kinderen'. "Komt je kind met vragen, stel dan wedervragen", suggereert Bobeldijk. "Zoals: hoe denk jij zelf dat hij op alle plekken tegelijk kan zijn?" Op die manier lieg je niet tegen je kind, maar loop je ook niet het gevaar dat je te vroeg met de waarheid op de proppen komt.

Enmaal betrokken bij het grote Sint-complot? Dan betekent dat niet dat kinderen altijd en overal mee willen doen met de volwassenen. "Mijn oudste van 12 had dit jaar weer enorm veel zin om naar het *Sinterklaas-journaal* te kijken, zagezegd omdat zijn broertjes dat zo leuk vinden", zegt Bobeldijk. Soms - en dat geldt misschien ook voor vaders en moeders - is het heerlijk om je, in de aanloop naar het heerlijk avondje, volledig onder te dompelen in de wereld van Sinterklaas en zijn pieten.



Mee op **tinnitustherapie**: er is wél iets te doen aan het aanhoudende getuut

'Ook jij kan leren om die piep in de hoek te duwen'

Sommigen voelen zich jaren slechts een schim van zichzelf, enkelen plegen door het aanhoudende getuut in hun hoofd zelfmoord. Nochtans kunnen mensen met tinnitus en/of overgevoeligheid aan geluid geholpen worden. 'Wat een opluchting!'

BARBARA DEBUSSCHERE

De gedachte dat ik nooit meer rust in mijn hoofd zou kennen deed me panikeren", zegt Cathy Petit (37). De artieste hoort sinds begin deze zomer de hele tijd "een soort witte ruis op hoge toon". Slapen en zich concentreren lukt niet goed en aan gewone geluiden is ze nu heel gevoelig. "Een deur die dichtslaat, rammelend bestek of mijn zoontje dat krijs. Tegenwoordig snijdt dat bij mij door merg en been", zegt ze.

De medische termen zijn 'tinnitus', ondertussen welbekend als een permanent gepiep of gesis horen, en 'hyperacusis' of extreme gevoeligheid aan geluiden. De ellende begon in een opnamestudio waar Petit vaak films en reclamespots inspreekt. "Op een dag hoorde ik een enorme knal door de koptelefoon", zegt ze. "Dat kwam door een technische fout."

Sindsdien ging ze al meerdere keren langs bij de neus-, keel- en oorarts. Zonder