

KinderZaken

Kinderzaken is het enige huis-aan-huis blad voor ouders over kinderezaken op het gebied van opvang, trends, gezondheid en opvoeding. Uitgave en deelname is uitsluitend mogelijk door erkende kinderdagverblijven en adverteerders die voldoen aan de kwaliteitseisen van Kinderzaken.

Uit de praktijk

Kinderen en Dromen

Zodra kinderen kunnen lopen, gaan ze de wereld verkennen. Ze ontdekken allerlei nieuwe, maar ook spannende dingen en dit maakt veel indruk op hen. Het komt geregeld voor dat dit 's nachts in de vorm van een droom zijn uitwerking heeft. Soms uit zich dit in een enge droom of nachtmerrie. Lia Timmer, van Xalia counseling en training geeft lezingen en workshops over kinderen en dromen met daarin 'Eerste Hulp bij Nachtmerries'. Aan de hand van voorbeelden worden praktische tips gegeven en vragen van ouders en betrokkenen behandeld. Het is goed te weten dat er manieren zijn om de angst voor bepaalde dromen weg te nemen.

Tien jaar lang was Lia Timmer werkzaam op een, door haarzelf opgerichte, peuterspeelzaal. "Daar heb ik ontdekt hoe belangrijk deze doelgroep is voor onze samenleving en hoeveel wij als volwassenen van ze kunnen leren! Kinderen staan nog dicht-

bij hun oorspronkelijk zijn; eerlijk, spontaan, puur en onbeveng. En zij hebben ons nodig voor veiligheid en bescherming in hun jonge leven. Zo hebben wij elkaar iets te bieden/leren zou je kunnen zeggen. Vanuit deze gedachte ben ik begonnen met verschillende lezingen aan onder andere ouders en medewerkers van kindercentra. Er is een training speciaal ontwikkeld voor leid(st)ers van kindercentra. Gebleken is dat hier veel behoefte aan is. Ervaringen van andere kindercentra zijn dan ook opvraagbaar. Het doel van een lezing is: uw kind (nog) beter leren kennen/begrijpen, het vergroten van het zelfvertrouwen van het kind, betere communicatie tussen het kind en volwassenen en het vergroten van het contact tussen de ouder/verzorger en het kind."

Bekend is dat kinderen van verschillende leeftijden over heksen, draken, monsters en andere griezelige wezens dromen. Vanaf het tweede jaar kunnen zij

Dromen zijn de verwerking van het dagelijks leven, ze houden en brengen evenwicht. Door er bewust mee om te gaan brengen dromen ons meer vrijheid, vreugde en zelfvertrouwen. Dromen zitten vol met symbolen, signalen en gevoelens.



Bij Xalia counseling en training wordt vaak met de tekenmethode gewerkt, om de dromen in beeld te brengen.

zich dromen herinneren en op drie- tot vierjarige leeftijd kunnen ze droomverhalen vertellen. In de eerste levensjaren kan een kind zich sterk in een droom inleven. Dit inlevingsvermogen is juist de kracht van kinderen. *Citaat: R. Rundqvist, één van de grondleggers droomwerk in Nederland.*

In onderstaand voorbeeld kunt u lezen hoe kinderen, door met inleving op beangstigende dromen in te gaan, gevaren kunnen overwinnen en hierdoor vrijer, en met méér zelfvertrouwen, in het eigen leven komen te staan.

Voorbeeld

Een vierjarig meisje droomt 's nachts over een eng beest dat haar achtervolgt. Ze wordt gilend van angst wakker. Haar moeder komt bij haar bed en

stelt haar gerust. De volgende dag op een rustig moment, komt moeder terug op de droom en vraagt voorzichtig of het meisje zich de droom nog kan herinneren. Op een spelende manier stelt moeder voor een tekening te maken van het 'enge beest' uit de droom. Samen tekenen ze wat, belangrijk is dat moeder ruimte voor de droom en gevoelens van het kind biedt. Zodat het kind zelf het droomproces kan beleven. De droom van het enge beest is niet meer in deze bedreigende vorm teruggekeerd.

Meer informatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Lia Timmer van Xalia counseling en training. Telefoon: 0341-427231 en 06-51170 361. E-mail: xalia@planet.nl of kijk op www.xalia.nl