

# Protocolen kinderrhuis 'Sukh-Dhaam'

---

Een handleiding voor het schrijven van protocollen en een aantal protocollen over de werkwijze van kinderrhuis Sukh-Dhaam.

Mei 2014

## Inhoud

|                         |    |
|-------------------------|----|
| Handleiding .....       | 1  |
| Luizen behandeling..... | 3  |
| Klachtenprocedure ..... | 5  |
| Pestgedrag.....         | 7  |
| Thema bespreking .....  | 9  |
| Avondafsluiting.....    | 12 |

## Handleiding

Voor het schrijven van een protocol is het allereerst van belang om te weten wat er met een protocol bedoeld wordt. De uitleg die hier gehanteerd wordt, luidt: een vertaling van een richtlijn naar de lokale situatie van de professional. Wie, wat, hoe te handelen op de werkplek (Eijgenraam & Bartelink, 2007). Het doel is dus dat de professionals ondersteuning krijgen vanuit het protocol in hoe zij moeten handelen en dat het duidelijk is wie er wanneer verantwoordelijk is voor een situatie.

Een aantal gegevens moeten vermeld worden in een protocol (levv, 2014):

- Het onderwerp
- Het doel van het protocol
- Wie is verantwoordelijk voor de uitvoering van het protocol
- Voor wie wordt het protocol geschreven
- Wat is het uitgangspunt van waaruit het protocol wordt geschreven. Hier kunnen bestaande richtlijnen worden beschreven en een algemene mening die ten grondslag ligt aan het handelen. Tegelijk moet er ook een theoretische basis gezocht worden ter ondersteuning van de werkwijze. Hiermee wordt de inhoud van het protocol en dus het handelen van de medewerkers kwalitatief hoger.
- De informatiebronnen dienen vermeld te worden.
- Concrete stappen die genomen moeten worden in een situatie. Deze stappen worden concreet wanneer beschreven wordt wanneer, waar, hoe de stap uitgevoerd moet worden.
- Datum van ontwerp

De inhoud van het protocol dient draagkracht te hebben in het team. Het is aan te raden om het onderwerp in het team te bespreken en samen tot een werkwijze te komen. Hoe meer mensen meedenken, hoe meer ideeën boven komen om de algemene richtlijnen en theorie toe te passen in jullie concrete werkomgeving.

**Doel**

Het doel is het op een veilige manier verwijderen van hoofdluis en het voorkomen van een volgende keer.

**Verantwoordelijkheid**

De kinderwerkers (zusters) die met de dagelijkse verzorging van de kinderen bezig zijn, kunnen het beste toezien op de mogelijke aanwezigheid van luizen.

**Uitgangspunt**

Wanneer er veel kinderen van de basisschoolleeftijd bij elkaar verblijven, is de kans reëel dat er hoofdluis wordt geconstateerd. Dit is vervelend voor de betreffende kinderen in verband met jeuk op de hoofdhuid. Ook voor de omgeving is het niet prettig aangezien luizen kunnen overlopen van het ene kind op het andere kind. Men moet dus alert zijn op de aanwezigheid van luizen en zodra ze aanwezig zijn, moeten maatregelen getroffen worden. Het teken van de aanwezigheid van luizen bij kinderen is krabben op het hoofd vanwege de jeuk. Een andere manier om het op te merken is het zien bewegen van de luizen of het zien van de neten. Luizen zijn zwarte diertjes van ongeveer 2 tot 3 millimeter. Neten zijn de eitjes van de luizen. Net gelegde neten zitten bovenaan de haren, vlakbij de hoofdhuid en de dode neten groeien met de haren mee en bevinden zich dus al verder van de hoofdhuid vandaan.

Zodra er tekenen van luizen zijn gesignaleerd, is het belangrijk om te kijken of er luizen of neten te zien zijn. Het beste kunnen de haren uitgekamd worden met een netenkam. Kam de haren uit boven een witte doek, zodat het duidelijk te zien is wat er uit de kam komt. Zijn er luizen of neten te zien, volg dan de volgende stappen om er op een veilige manier af te komen. Zijn er geen luizen of neten te vinden, houd het kind dan goed in de gaten en controleer minimaal nog 2 weken om te kijken of er luizen te vinden zijn.

**Stap 1: Uitkammen**

Luizen zijn te behandelen door goed uit te kammen, maar er zijn ook chemische of fysische middelen te verkrijgen.

De eerste stap is goed kammen. Was de haren en kam het haar eerst uit met een gewone kam. Nat haar kamt makkelijker. Pak daarna de netenkam en kam de haren volledig uit, zodat alle luizen en neten verwijderd worden. Eventueel is het mogelijk om tussendoor de haren met een mengsel van warm water en azijn in te wrijven. Dit zorgt ervoor dat de neten beter loslaten. Hier is ook een witte doek belangrijk om in de gaten te houden wat er uit de haren komt. Om alle haren te kammen, is er veel tijd nodig. Te denken valt aan 20 minuten per persoon. Maak de netenkam aan het einde goed schoon door de kam een minuut in kokend water te leggen.

**Stap 2: Controle**

Na het kammen is het nodig om elke week te controleren of er alweer nieuwe neten of luizen te zien zijn. Bij het kammen is het namelijk mogelijk dat er een luis of neet over het hoofd is gezien. Dan beginnen de luizen weer opnieuw.

**Stap 3: Bestrijden**

Wanneer dit het geval is bij één of meerdere kinderen, krijgen deze kinderen een behandeling met een chemisch of fysisch bestrijdingsmiddel. De werkzame stof in deze middelen is Malathion of Permetrine.

Let op: dit betreft alleen de kinderen waar luizen of neten zijn geconstateerd. Gebruik geen bestrijdingsmiddel als preventie, in verband met resistentie van de luizen tegen het middel.

#### Stap 4: Informeer de omgeving

Informeer de omgeving van het kind als er weer/ nog steeds luizen zijn. Bijvoorbeeld op school, zodat andere ouders ook kunnen controleren. Wees zelf ook extra alert bij de kinderen die in de nabijheid van het kind leven.

#### Stap 5: Controle

Ook na de behandeling met een chemisch of fysisch middel, moeten de haren elke week gecontroleerd worden op luizen. Na 3 weken, kan het afgebouwd worden en alleen bij signalen van aanwezigheid weer plaatsvinden.

Dit protocol is gebaseerd op informatie van het Rijks Instituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) en het Landelijk Steunpunt Hoofdluis.



### Doel

Het doel van het protocol is het bespreekbaar maken van de klachten met betrekking tot de werkzaamheden en kinderen van Sukh-Dhaam en samen te zoeken naar oplossingen voor het voorkomen van klachten in de toekomst.

### Verantwoordelijkheid

De verantwoordelijkheid ligt uiteindelijk bij de directeur. Hij is de eindverantwoordelijke voor het beleid van Sukh-Dhaam. De taak van de medewerkers is om de mensen met klachten te woord te staan en indien nodig door te verwijzen naar de directeur.

### Uitgangspunt

Het ontstaan van klachten is een logisch gevolg in geval van meerdere personen met meerdere meningen. Als instelling vallen klachten daarom niet te voorkomen, maar heb je wel inspraak in hoe je de klachten en de mensen met die klachten behandelt. Niets doen met een klacht zal het negatieve gevoel bij de persoon met de klacht vergroten hij/zij zal zich niet serieus genomen voelen. Met respect met elkaar omgaan en de tijd nemen om naar de klacht te luisteren is belangrijk. Klachten kunnen van ouders, medewerkers of school komen. Om samen tot een goede afronding van de klacht te komen, heb je beide partijen nodig. De instelling en de persoon met de klacht.

### Klachten ouders

- Eerst laat je de persoon de klacht vertellen, of dat nu razend is of rustig. Neem de tijd en laat hem/haar uit spreken, luister naar wat de ander vertelt en ga niet direct sussen. Dit heeft een averechts effect. Het kan mogelijk meer (verbale)agressie oproepen.
- Ga samen kijken wat zou kunnen helpen om de klacht op te lossen. Doe dit op een rustige plek waar kinderen er niet bij betrokken raken.
- Geef indien mogelijk uitleg over de situatie, dit kan ook al verlichting geven voor de ouder.
- Samen worden er afspraken gemaakt om in de toekomst klachten over hetzelfde onderwerp te voorkomen.
- Indien de klachten zo niet op te lossen zijn, dan vindt er een doorverwijzing naar de directeur plaats. Hij gaat dan zelf met de ouder in gesprek over de klacht, zoals hierboven genoemd.

### Klachten medewerkers

- In de teamvergaderingen begin van de week (maandag) en eind van de week (vrijdag) worden klachten van medewerkers besproken. Zij kunnen hun klachten vertellen in het team waar ook de directeur bij aanwezig is. Klachten over bijvoorbeeld werkzaamheden, kinderen of irritaties in het team. Het team en de directeur luisteren ernaar en er wordt gekeken naar wat een oplossing kan zijn voor de klacht. Mocht de klacht gaan over iets buiten de instelling, zoals ouders of het bestuur, dan neemt de directeur deze situatie op zich en maakt het bespreekbaar bij de desbetreffende ouder of het bestuur. Klachten over de kinderen worden niet door medewerkers aan de ouders doorgegeven, dit loopt via de directeur.
- Ook nu geldt dat het goed is om de klacht te laten vertellen, vervolgens kenbaar te maken dat je begrijpt waar de ander het over heeft om dan samen te kijken naar oplossingen en daarna terug te koppelen of de oplossing passend is voor de persoon met de klacht.

### Klachten school

- Als school belt met een klacht dan wordt deze aangehoord aan de telefoon.
- Er wordt een afspraak gemaakt om de klacht te bespreken in een gesprek op school.
- Eén van de zusters of de directeurs vrouw gaat naar school om dit gesprek aan te gaan.

- Nogmaals laat u de persoon de klacht vertellen, of dat nu razend is of rustig. Neem de tijd en laat hem/haar uit spreken, luister naar wat de ander vertelt en ga niet direct sussen. Dit heeft een averechts effect. Het kan mogelijk meer (verbale)agressie oproepen.
- Ga samen kijken wat zou kunnen helpen om de klacht op te lossen. Hierbij kan uitleg geven over de situatie ook al verlichting geven voor de school.
- Samen worden er afspraken gemaakt om in de toekomst klachten over hetzelfde onderwerp te voorkomen.
- Mocht er niet tot een overeenkomst gekomen worden dan kan in overleg de directeur naar school komen.

Dit protocol is gebaseerd op informatie uit de volgende bronnen:

- Communicatie en organisatie, Profi-leren SAW (2008).
- Communicatiedesk, artikel over omgaan met klachten volgens de BOOS formule
- Klachtenprocedure kinderopvang
- Marketing tool omgaan met klachten

**Doel**

Door middel van dit protocol wordt er stil gestaan bij pestgedrag en willen we pestgedrag onder kinderen en jongeren voorkomen en signaleren.

**Verantwoordelijkheid**

Alle medewerkers van Sukh-Dhaam zijn verantwoordelijk om hun oren en ogen open te houden in hun eigen omgeving.

**Uitgangspunt**

In elke instelling komt helaas pestgedrag voor. Dit komt zowel het betreffende kind, zijn omgeving als de gehele sfeer niet ten goede. Daarom is het belangrijk om aandacht te geven aan pesten. Onder pesten wordt negatief gedrag richting één of meerdere personen verstaan dat langere tijd aanhoudt en bewust wordt uitgevoerd. Dit kan in de vorm van een bijnaam gebruiken over het uiterlijk of gedrag van een persoon of zijn familie, hem beledigen, ergens de schuld van geven, leugens over die persoon vertellen, eigendommen kapot maken, bedreigen, buiten sluiten, slaan, kleineren, kwetsen, enz. Er is sprake van een machtsongelijkheid, de kinderen staan niet gelijk aan elkaar. Vaak wordt de rol van pester door dezelfde personen vervuld en zijn ook vaak dezelfde kinderen het slachtoffer. Pesten is meestal gericht op één persoon, maar wordt uitgevoerd door meerdere personen. Een pester, meelopers en supporters. Voor het slachtoffer kan dit ingrijpende gevolgen hebben. Hij kan zich eenzaam, bedreigd en onveilig voelen en voor lange tijd moeite hebben met sociale contacten. Daarom is het belangrijk om dit te voorkomen en indien aanwezig gelijk te signaleren.

Als preventie is het beste middel om een positief leefklimaat te scheppen. Leer kinderen om positief met elkaar om te gaan en wijs elkaar op negatief gedrag. Onder positief gedrag valt troosten, helpen, aanmoedigen, complimenteren, enz. Ook helpt het om pesten bespreekbaar te maken. Dit onderwerp moet besproken worden samen met de kinderen. Hier kunnen de 10 gouden regels bij helpen. Op school, thuis en in het kinderkuis gelden deze regels.

1. Je beoordeelt anderen niet op hun uiterlijk.
2. Je sluit een ander kind niet buiten.
3. Je komt niet zonder toestemming aan de spullen van een ander kind.
4. Je scheldt een kind niet uit en verzint geen bijnamen.
5. Je lacht een ander kind niet uit.
6. Je bedreigt elkaar niet en je doet elkaar geen pijn.
7. Je accepteert een ander kind zoals hij of zij is.
8. Je bemoeit je niet met een ruzie door zomaar partij te kiezen.
9. Als je zelf ruzie hebt, praat je het eerst uit, lukt dit niet dan vraag je hulp aan broeder of zuster.
10. Als je ziet of merkt dat een kind wordt gepest, vertel je dit aan broeder of zuster. Dit is geen klikken!

Hoewel een positief klimaat wordt voorgeleefd en aangemoedigd, blijft signaleren noodzakelijk. Iedereen die aanwezig is op het terrein moet het gedrag van kinderen in de gaten houden. Vaak gebeurt pesten namelijk niet in het openbaar, maar buiten het gezichtsveld van de medewerkers.

Wordt er pestgedrag gesignaleerd, dan moet dit aangepakt worden. Drie partijen behoren aandacht te krijgen.

### 1. Het slachtoffer

Hij verdient ondersteuning in deze moeilijke situatie. Neem het slachtoffer apart en laat hem vertellen. Toon medeleven, luister en vraag door. Waarschijnlijk zal door angst niet het hele verhaal boven komen, maar neem het serieus wat hij aangeeft. Vraag niet alleen naar de pester, maar ook wat het kind voelt en doet als het gepest wordt en daarna. Laat merken dat je actie gaat ondernemen en laat de mogelijkheid voor een eigen oplossing open. Het slachtoffer zit in een moeilijke positie en heeft waarschijnlijk een reden waarom hij gepest wordt. Misschien draagt hij een bril of is hij een buitenlander. Benadruk de feitelijke situatie en benoem enkele sterke kanten van het kind.

### 2. De pester

Ook moet er een gesprek gevoerd worden met de pester waarin duidelijk wordt dat het gedrag dat hij vertoont afgekeurd wordt. Laat de pester nadenken over zijn eigen gedrag en de gevolgen voor het slachtoffer. Zoek naar een reden van dit gedrag, maar blijft het gedrag afkeuren. Eventuele straffen kunnen besproken worden. Bij een eerste keer, kan aangedrongen worden op excuses maken en beterschap beloven. Bij aanhoudend pesten, kan gedacht worden aan ontnemen van leuke dingen of zelfs schorsing. Vooral moet er echter aandacht geschonken worden aan het gedrag. Bespreek het verkeerde gedrag en biedt hiervoor alternatieven aan. Het positieve gedrag moet ook beloond worden. Maak afspraken over het gedrag en kom hier iedere week op terug.

### 3. Meelopers

De meeloper is een passieve pester, maar medeplichtig. Hij blijft op afstand en doet niets om het pesten te stoppen. Hij neemt het niet op voor het slachtoffer, lacht mee met de pester vooral ook omdat hij/zij bang is zelf gepest te worden. Zonder hen heeft de pester vaak niet zoveel lol in het pesten. Ook met hen moet een gesprek aangegaan worden. Bespreek in de groep hun rol van aanschouwer, het gedrag met de gevolgen en stimuleer om henzelf een standpunt te laten bepalen. Eventueel kunnen de 10 gouden regels nog onder hun neus worden gehouden.

Als het duidelijk is dat er gepest wordt onderling, is het goed om de ouders/verzorgers van het slachtoffer en de pester op de hoogte te brengen van de feiten zoals die bekend zijn. Zodat ze van de situatie af weten als het kind thuis komt in het weekend.

Dit protocol is gebaseerd op informatie uit de volgende bronnen:

- Omgaan met pesten (2013), Margo Henderson
- NJI Dossier pesten
- Kanjertraining
- [www.pestten.nl](http://www.pestten.nl)



#### Doel

De kinderen informatie verstrekken over belangrijke onderwerpen voor het leven van kinderen. Hierbij gaat het niet alleen om informatie overbrengen, maar het in gesprek gaan met de kinderen werkt ook samenbindend.

#### Verantwoordelijkheid

De kinderwerksters (zusters) en het directeursechtpaar nemen samen de zorg van de kinderen op zich. Zij zijn de meeste tijd de opvoeders van de kinderen.

#### Uitgangspunt

Op jonge leeftijd krijgen kinderen door de opvoeding al veel mee aan omgangsvormen en de omgeving. Ook nemen zij veel over van oudere kinderen of volwassenen en krijgen ze informatie op school. Binnen de opvoeding, door de ouders/verzorgers, behoren echter ook onderwerpen met kinderen besproken te worden. Te denken valt aan thema's als de toekomst, verzorging en seksualiteit. Dit komt nu nog minimaal aan bod op Sukh-Dhaam (Jong, de & Brink, van den, 2014).

Er zijn verschillende momenten en manieren waarop deze informatie gegeven kan worden. Hieronder wordt per onderdeel een handreiking gedaan.

#### Toekomst

Dit thema wordt besproken met kinderen vanaf 12 jaar. Zij gaan dan van de basisschool af en worden gezien als oudere kinderen met meer verantwoordelijkheden. Zij gaan vervolgonderwijs volgen en daarmee komt de toekomst dichterbij. Het doel is om het kind te laten nadenken over de toekomst en een realistisch toekomstbeeld mee te geven. Het leven in het kinderhuis is een voorbereiding op het leven in de maatschappij. In het kinderhuis kunnen ze leren hoe ze zich in de toekomst moeten gedragen (Willemse, 2010). Het spreken over de toekomst is een taak voor het directeursechtpaar, de kinderwerkers (zusters) en het ondersteunend personeel.

**Stap 1:** kies een moment, bijvoorbeeld in de vrije tijd van de kinderen of in de rust tijd tussen het baden en het avondeten.

**Stap 2:** kies een persoon of meerdere personen uit. Individueel kan er meer doorgevraagd worden, maar in groepsverband kunnen de kinderen leren van anderen en reageren op elkaar.

**Stap 3:** Kies een onderwerp, mogelijke onderwerpen zijn beroepen, waar, hoe en met wie het kind een leven wil opbouwen, toekomstbeeld, enz.

**Stap 4:** Ga het gesprek aan. Dit kan op verschillende manieren. Eigen ervaringen kunnen als methode dienen om de kinderen te vertellen over het volwassen leven. Bijvoorbeeld wanneer u vertelt hoe u hard hebt moeten werken nadat u van school kwam en wat u zo leuk vindt aan het werken op Sukh-Dhaam. Door te vertellen over uzelf, komt er vertrouwen en openheid wat de drempel voor kinderen kan verlagen om iets over zichzelf te vertellen. Fictieve verhalen kunnen gebruikt worden om het thema in te leiden. Hier kunnen ook verhalen van kinderen die al uit het kinderhuis zijn, voor worden gebruikt. Er kan ook gelijk gevraagd worden aan de kinderen hoe ze de toekomst zien, wat hun droomleven is, wat ze willen worden of wat ze gaan doen als ze van school komen. Bij de antwoorden van deze vragen kunt u letten op het realiteitsgehalte en hun motivatie.

### Verzorging

Een thema dat veel aan bod komt in de dagelijkse structuur. Wees hiervan bewust en het halve werk is al gedaan. Het doel van het bespreken van de verzorging met kinderen is om hun zelfstandigheid te bevorderen en verantwoordelijkheden bij te brengen over hun eigen verzorging. Dit thema is dan ook geschikt voor alle leeftijden. Met name de kinderwerkers (zusters) zijn aanwezig in de dagelijkse verzorging en kunnen het kind hierin ondersteunen.

**Stap 1:** wees bewust van de *leersituatie*

**Stap 2:** kies een kind of meerdere kinderen uit, die qua ontwikkelingsniveau ongeveer overeenkomen. Voor elke leeftijd is er een bepaalde fase waarin de kinderen een stukje zelfverzorging op zich gaan nemen.

**Stap 3:** sluit aan bij de leeftijd en het ontwikkelingsniveau en geef informatie over het waarom van een bepaalde verzorgingstaak. Bijvoorbeeld bij een kind van 6 kan er uitgelegd worden wat het belang is van goede zelfverzorging. Bij een kind van 12 die in de puberteit komt, kan uitgelegd worden waarom er van alles veranderd met het lichaam en kunnen tips gegeven worden over de verzorging van het lichaam. Andere thema's die besproken kunnen worden, zijn de verzorging van gebit, nagels, slechte adem, zweet, enz.

### Seksualiteit en relaties

Een gevoelig thema om te bespreken, maar absoluut noodzakelijk voor kinderen vanaf ongeveer 10 jaar. In de aanloop naar de puberteit gaat het lichaam veranderen. Dit vraagt om begeleiding en voorlichting om de kinderen zeker te laten zijn van zichzelf en de verantwoordelijkheid voor hun verzorging over te dragen. Tegelijk moeten de kinderen geleerd worden om weerbaar te zijn en grenzen te accepteren en aan te geven. Het directeurssechtpaar en de kinderwerkers (zusters) zijn hiervoor verantwoordelijk.

**Stap 1:** probeer af en toe een situatie aan te grijpen om wat informatie te krijgen en te delen met de kinderen. Bijvoorbeeld wanneer er in een film wordt gezoend. Zoek daarnaast een geschikt moment uit voor een echt gesprek. Dit betekent een rustige plaats en voldoende tijd. Dit zou 's avonds na de avondzegen kunnen zijn en de jongere kinderen in bed liggen of in het weekend.

**Stap 2:** Kies een persoon of meerdere personen. Individueel moet er gesproken worden met de kinderen, maar soms is het veiliger om eerst in kleine groepjes te praten. Selecteer de personen goed. Let op gedrag wat ze vertonen, leeftijd en de band die ze met elkaar hebben.

**Stap 3:** Geef algemene seksuele voorlichting in groepsverband, zodat de kinderen er onderling over kunnen doorpraten. Misschien kan er iemand uitgenodigd worden die deze voorlichting geeft, zodat het niet persoonlijk is. Daarna moet dan de mogelijkheid zijn om bij de volwassenen terecht te kunnen voor vragen. Ook kan iemand van de begeleiding vertellen over relaties en seksualiteit. Vragen die beantwoord kunnen worden rondom relaties: Wat zijn verschillen tussen jongens en meisjes, welke grenzen zijn er in relaties, welke gevoelens horen bij een relatie, wat is het doel van een relatie. En rondom seksualiteit: Hoe zit het lichaam in elkaar van zowel jongens en meisjes, hoe vindt bevruchting plaats, hoe gaat een zwangerschap.

**Stap 4:** Ga individueel in gesprek met een kind in de periode waarin het meer over relaties gaat praten en de veranderingen van het lichaam beginnen. Het kind kan daardoor begrip krijgen voor de situatie. Geef duidelijkheid over de veranderingen die een kind kan verwachten en welke verzorging dat van hem of haar vraagt. Nieuwe ontdekkingen als okselhaar, schaamhaar, puistjes, zweetlucht, kunnen gespreksstof zijn.

Aangezien het een gevoelig en moeilijk onderwerp is, helpt het om bewust een aantal stappen in het gesprek te zetten. Een steun hierbij is het drie dimensie model (Slot & Spanjaard, 2010). Als eerste het onderwerp introduceren, geef kort aan waarom u dit onderwerp wilt bespreken. Bijvoorbeeld dat het een onderwerp is die voor alle jongen in deze leeftijd belangrijk is, omdat er veel veranderingen optreden. Vervolgens begin je met algemene informatie te vertellen. Normen en waarden uit de samenleving kunnen een opening voor het gesprek zijn en zijn nog niet bedreigend voor de jongere. Bijvoorbeeld kunt u beginnen met iets dat u op TV hebt gezien of in de krant hebt gelezen. Daarna brengt u de relationele context van de jongere ter sprake, oftewel de directe omgeving. Hierbij vraagt u naar ideeën, ervaringen, gedrag, meningen van vrienden, familie, kennissen of leeftijdsgenoten. Het kan zijn dat u vraagt of de vrienden het wel eens over meisjes hebben of wat ouders hebben verteld rondom relaties. Zo komt u steeds dichterbij en wordt er vertrouwen opgebouwd om uiteindelijk te vragen hoe de jongere zelf denkt over seksualiteit of wat zijn ervaringen zijn met relaties. Probeer verschillende onderwerpen aan de orde te brengen en aan te voelen wat de jongere bedoeld. Ga na of er vragen zijn en sluit af.

Deze informatie is gebaseerd op:

- Anders kijken, Willemse (2010)
- Drie dimensie model, Slot en Spanjaard (2010)
- Kiind Magazine, artikel Seksuele voorlichting
- Brochure van het Nationaal Gezondheidsinstituut, 'praten met je kind over relaties en seksualiteit'.



#### Doel

Het doel van dit protocol is dat kinderen de dag rustig kunnen afbouwen met een vast ritueel. Een vast slaapritueel op het einde van de dag, zorgt voor een betere afsluiting van de dag en een betere nachtrust bij de kinderen. Kinderen kunnen dus beter in slaap komen, wat erg prettig is voor de kinderen. Slaap hebben kinderen allemaal nodig. Door middel van slapen kan men de dag kan verwerken, nieuwe energie krijgen, beter en meer werk leveren en wordt men over het algemeen gelukkiger. Daarom moet de voorbereiding voor het slapen gaan goed zijn.

#### Verantwoordelijkheid

De medewerkers zijn verantwoordelijk voor het in de gaten houden van het vaste avondritueel en het geven van persoonlijke aandacht. Ze moeten daarnaast de bedtijden in de gaten houden, naleven en ervoor zorgen dat er een rustige sfeer is om te kunnen gaan slapen.

#### Uitgangspunt

Vaste patronen en ritmes zijn van belang, omdat je lichaam zich er op aanpast en zo een seintje krijgt van 'ik ga zo slapen'. Daarnaast is er ook het natuurlijk ritme, dat je met licht wakker bent en met het donker gaat slapen. Een uur nadat het donker is geworden wordt een mens vaak pas moe. Dit komt omdat er altijd een overgangperiode is van waak naar slaap en van slaap naar waak. 's Avonds is het dan ook van belang geen actieve dingen meer te ondernemen. Op het einde van de dag is een lager tempo en geen fel licht goed, omdat dit de natuurlijk overgang van het moe worden tegen werkt.

#### Het vaste, doordeweekse ritme op Sukh-Dhaam:

- Na het eten, gaan de kinderen naar de wc.
- Ze trekken hun pyjama aan.
- Om half 7 wordt er de avondzegen gehouden. Eerst worden er liederen gezongen en vervolgens een Bijbelverhaal voorgelezen. Deze wordt daarna nog besproken en er wordt samen gebeden. Als afsluiting van de avondzegen zingen ze gezamenlijk een slaapplied.
- Daarna kunnen de kleinere kinderen naar bed. Zo rond een uur of half 8.
- Ze gaan dan nog naar het toilet en maken hun bed klaar voor het slapen gaan. Indien nodig worden ze geholpen bij het goed vast maken van de klamboe. De sfeer moet rustig zijn en eventuele vragen kunnen kort beantwoord worden. De kinderen niet opjagen, maar ook treuzelaars aanspreken op hun gedrag en aangeven dat het nu bedtijd is. De kinderen worden welterusten gewenst en verteld wie hen de volgende dag komt wakker maken. Verwacht gedrag moet benoemd worden, het is nu bedtijd, jullie moeten stil zijn zodat iedereen kan slapen.
- De oudere kinderen kunnen een boek lezen, huiswerk maken, tekenen, een spel doen of rustig televisie kijken. Het geluid moet hierbij niet te hard zijn voor de kinderen die al naar bed zijn.
- Om half 9 moeten ook zij naar bed, dit moet in alle rust gebeuren om de jongere kinderen die slapen niet wakker te maken. Voor hun is er ook het moment van toiletbezoek en bed klaar maken. Bij de oudere kinderen wordt persoonlijke aandacht minder gewaardeerd dus daarom volstaat bij hun een snel welterusten.

In het weekend, op vrijdag avond en zaterdag avond, mogen de kinderen langer opblijven. Dan geldt voor de jongere kinderen 8 uur en voor de oudere kinderen 9 uur a half 10, omdat ze de volgende dag kunnen uitslapen.

Voor de kinderen is het belangrijk dat ze genoeg slapen om weer genoeg energie te hebben voor de volgende dag. Per leeftijd zit er verschil in en het is van belang dat hier rekening mee gehouden wordt.

| Leeftijd | Slaapbehoefte<br>in uren |  | Leeftijd | Slaapbehoefte<br>in uren |
|----------|--------------------------|--|----------|--------------------------|
| 4 jaar   | 11,5                     |  | 11 jaar  | 9,5                      |
| 5 jaar   | 11                       |  | 12 jaar  | 9 tot 9,5                |
| 6 jaar   | 10,5 tot 11              |  | 13 jaar  | 9 tot 9,5                |
| 7 jaar   | 10,5                     |  | 14 jaar  | 9                        |
| 8 jaar   | 10 tot 10,5              |  | 15 jaar  | 8,5 tot 9                |
| 9 jaar   | 10                       |  | 16 jaar  | 8,5                      |
| 10 jaar  | 9,5 tot 10               |  | 17 jaar  | 8,5                      |

Dit protocol is gebaseerd op de informatie vanuit de volgende bronnen:

- [www.inslaap.nl](http://www.inslaap.nl)
- Artikel uit het tijdschrift 'J/M ouders' over het belang van een goede nachtrust.

## Literatuurlijst

### Boeken

Henderson, M. (2013). *Omgaan met pesten*. Amsterdam: SWP Publishers.

Profi-leren SAW (2008). *Communicatie en organisatie*. Klachtengesprek p. 203-212. Arnhem: Angerenstijn

Slot, N.W. & Spanjaard, H.M.J. (2010). *Competentievergroting in de residentiële jeugdzorg*. Het drie dimensie model, p. 88. Baarn: HBuitgevers.

Willemse, J. (2010). *Anders kijken*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

### Internetbronnen

Doef, van der S. & Ruiter, de S. (2008) Praten met je kind over relaties en seksualiteit. Brochure van het NIGZ. Van, <http://www.rutgerswpf.nl/sites/default/files/Brochure-Praten-met-je-kind-over-seksualiteit.pdf>

Eerkens, M. (2010) Het belang van een goede nachtrust. *J/M ouders*, september 2010. Van, <http://www.jmouders.nl/Themas/Opvoeding/Opvoeden/Het-belang-van-een-goede-nachtrust.htm>

Eijgenraam, K. & Bartelink, C. (2007). Databank Instrumenten, Richtlijnen en Kwaliteitsstandaarden. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut. Van, <http://www.nji.nl/nl/InventarisatierichtlijnenbtvVIR.pdf>

Gils, van V. (2006). Geraadpleegd op 8 april 2014, van [www.decommunicatiedesk.nl/web/marketingmax/artikel/-/marketing\\_artikel/283685/Omgaan+met+klachten+volgens+de+BOOSformule;jsessionid=78CDB97F95266482DDF5F03314370952?p\\_auth=IPW3u6Ss](http://www.decommunicatiedesk.nl/web/marketingmax/artikel/-/marketing_artikel/283685/Omgaan+met+klachten+volgens+de+BOOSformule;jsessionid=78CDB97F95266482DDF5F03314370952?p_auth=IPW3u6Ss)

Humanitas (2014). Gedownload op 8 april 2014, van [www.kinderopvanghumanitas.nl/Default.aspx?locid=1&sc=1&id=9867](http://www.kinderopvanghumanitas.nl/Default.aspx?locid=1&sc=1&id=9867)

Inslaap (2014). Geraadpleegd op 2 april 2014, van [www.inslaap.nl](http://www.inslaap.nl)

Internet (z.d.). Geraadpleegd op 6 mei 2014, van [www.kanjertraining.nl](http://www.kanjertraining.nl)

Internet (z.d.). Geraadpleegd op 6 mei 2014, van [www.pestten.nl](http://www.pestten.nl)

Leeuwen, van K. (2010). Seksuele voorlichting in de opvoeding. *Kiind Magazine*, augustus 2010. Van, <http://kiind.nl/articles/189/Seksuelevoorlichting.html>

Levv (z.d.). Geraadpleegd op 6 mei 2014, van [http://www.levv.nl/nl/infoportaal/veelgestelde-vragen/richtlijnen/#irfaq\\_6\\_3749f](http://www.levv.nl/nl/infoportaal/veelgestelde-vragen/richtlijnen/#irfaq_6_3749f)

Marketing tools (2007). Geraadpleegd op 8 april 2014, van [www.dm-kit.nl/artikel.php?Page=294](http://www.dm-kit.nl/artikel.php?Page=294)

NJI (z.d.) Dossier pesten. Geraadpleegd op 3 april 2014, van [http://www.nji.nl/Zoek?id=NJI\\_SEARCH&referid=300015&psize=50&q=pesten&x=0&y=0](http://www.nji.nl/Zoek?id=NJI_SEARCH&referid=300015&psize=50&q=pesten&x=0&y=0)

RIVM (z.d.). Geraadpleegd op 1 april 2014, van <http://landelijksteunpunthoofdluis.nl>

Vlaamse Overheid (2014). Geraadpleegd op 8 april 2014, van  
[www.kindengezin.be/kinderopvang/sector/werkinstrumenten/klachten/](http://www.kindengezin.be/kinderopvang/sector/werkinstrumenten/klachten/)