

Gezond opvoeden

Waar leg jij de grens?

Gezond opgroeien staat volop in de belangstelling. Gezond en veilig opgroeien, welbevinden en emotionele betrokkenheid; dat zijn belangrijke onderwerpen als je werkt met jonge kinderen. Gezonde mensen hebben over het algemeen een betere kwaliteit van leven. Aandacht voor gezond en emotioneel veilig opgroeien op jonge leeftijd maakt de kans op een gelukkig en succesvol leven groter; als kind én als volwassene.

Jong geleerd is oud gedaan

Uit onderzoek komt naar voren dat (on)gezonde gewoontes en gebruiken vaak een oorsprong hebben in de opvoeding en de ervaringen in de kindertijd¹. Met het stimuleren van gezond gedrag, en het faciliteren van de juiste omstandigheden voor welbevinden en betrokkenheid kun je dan ook het beste zo jong mogelijk beginnen. Professionals die betrokken zijn bij jonge kinderen, kunnen zo een grote bijdrage leveren aan het gezond opgroeien van kinderen.

Thema's

Thema's die te maken hebben met gezond opgroeien zijn o.a.:

- Voeding
- Bewegen
- Risicovol spelen
- Emotionele veiligheid
- Welbevinden en betrokkenheid
- Sociaal-emotionele ontwikkeling
- Dagritme
- Mediaopvoeding
- Seksuele ontwikkeling
- Duurzaamheid
- Fysieke veiligheid
- Bescherming tegen de zon
- Hygiëne

Gezond opgroeien: waar leg jij de grens?

Als je binnen je organisatie met elkaar een duidelijke visie op gezond opgroeien formuleert en die visie ook laat zien door wat je doet in je werk, kun je daarmee een belangrijke rol spelen bij de ontwikkeling van jonge kinderen. Zo'n visie is er niet vanzelf. Het vraagt een brede oriëntatie op de verschillende thema's, discussie met de teams, de ouders en de kinderen, en het lef om jezelf een spiegel voor te houden. De vraag die zich daarbij onvermijdelijk zal aandienen is:

- Hoe kun je als professional op een persoonlijke manier betrokken zijn bij het gezond opgroeien zonder de grenzen van het kind en zijn opvoeders te overschrijden? -

¹ bron: www.gezondekinderopvang.nl

Uitwerking van de vraag

Je handelen komt voort uit je persoonlijke betrokkenheid en genegenheid voor het kind, maar vraagt daarnaast om professionele legitimatie en bepaling van grenzen. Het is een ingewikkeld samenspel tussen normen en waarden, meningen en opvattingen, verschillende belangen en verschillende rollen, rationele afwegingen en intuïtief handelen. Bovenal gaat het om je rol; als mens en als professional.

Bij alle thema's rondom gezond opgroeien zoek je als professional de juiste balans tussen de meningen, gedachten en behoeften van kinderen en hun ouders, van de organisatie en van je team, en die van jezelf. Dat leidt tot vragen als:

- Hoe ver kun je gaan in het promoten en 'voorleven' van een gezonde leefstijl?
- Hoe bepaal je bij het dagritme van je groep de balans tussen de individuele behoefte van het kind, de groepsbehoeften en de praktische omstandigheden?
- Stel jij de regels voor de media-opvoeding vast, of voeg je je naar wat de ouders en/of het kind zelf redelijk vinden?
- Hoe ga je om met seksueel getint gedrag van kinderen?
- Ga je in op vragen van kinderen over seks, ook als ouders dat geen onderwerp van gesprek vinden?
- Waar ligt voor jou de lijn tussen troost, genegenheid en fysieke of emotionele nabijheid bieden, en grensoverschrijdend gedrag?
- In hoeverre durf je het aan de kinderen over te laten om hun eigen conflicten op te lossen?
- Hoe geef je invulling aan 'opvoeden in liefde' en 'professionele genegenheid'?
- In hoeverre bied je met je eigen gedrag en omgang een situatie waarin kinderen, medewerkers/collega's en ouders zich op hun gemak voelen, betrokken kunnen zijn bij wat er speelt en zich gekend en gewaardeerd weten?

Dit soort vragen en dilemma's vormen ook de rode draad tijdens het openingscongres van De Week van het Jonge Kind op 13 april 2018.

Aan alle sprekers en deelsessieleiders wordt gevraagd de vraag: *Waar leg jij de grens?* te betrekken bij hun inleiding of deelsessie. Het programma voor het congres vindt u op deze website.