

# Natuur-inclusieve zorg voor jonge gezinnen: een praktijkvoorbeeld

## Snoezelen voor het raam

*Karin werkt in de vrouwenopvang op het kinderdagverblijf. Het is een druilerige dag in de winter. Als ze naar buiten kijkt, vindt ze het uitzicht saai. Het is kaal en leeg. Samen met haar collega Elma besluit ze de buitenruimte interessanter te maken voor de kinderen. Ze steken uitgebloeide hortensia's in het hek, zetten grote takken voor het raam en hangen daar vetbolletjes in. Binnen verplaatsen ze de banken en tafels, zodat er ruimte ontstaat om in de vensterbank te zitten en te snoezelen. Vervolgens nodigen ze de ouders uit om samen met hun kind te blijven kijken.*



# Snoezelen voor het raam

## De werking

### Fascinatie

Karin en Elma beschreven dat de baby's voor het raam gemakkelijk tot rust komen. Ze raakten gefascineerd door alles wat er om hen heen gebeurt; het gefladder van de vogels en de bewegende takken trekken hun aandacht. De baby's hadden iets om naar te kijken en vonden daar tegelijkertijd rust in. Karin en Elma beschreven dat de baby's rustig op hun schouder hingen en ook gemakkelijk in slaap vielen op deze snoezelplek. En niet alleen de baby's vonden rust, ook een moeder vertelde dat ze de onrust in haar hoofd kwijtraakte en zich een beetje lekkerder ging voelen als ze op deze snoezelplek zat.

### Ouderschap

Elma vertelde dat het een mooi moment is voor ouders. Zo snoezelen met de baby bracht moeder en kind samen. In het snoezelmoment konden zij beiden rust vinden. Het was voor de moeder een succeservaring toen zij ontdekte dat zij haar kind zo in slaap kon brengen. Wat Elma mooi vond, is dat deze moeder ervaarde dat zij een hele goede moeder kan zijn, en dat ze daar niks bijzonders voor hoeft op te tuigen.

### Rust

"Je voelt je dan gewoon zo rijk", beschreef Elma. Het kijken naar de vogels hielp om even alleen maar te kijken en niet te denken of van alles te moeten. Dat gold niet alleen voor de kinderen en de ouders, want Karin en Elma vonden zo snoezelend naar buiten kijken zelf ook heel fijn. Het verminderde ook hun eigen stress en gaf een goed gevoel.

### Zin in buitenspelen

Karin vertelde dat de peuters op de groep ineens ook van alles zagen gebeuren buiten. Ze wezen ernaar en praatten over wat ze zagen. Hierdoor ontstonden leuke gesprekjes over de vogels die van de vetbolletjes kwamen eten. Karin merkte dat kinderen zin kregen om zelf ook naar buiten te gaan.

## Ja maar...

Willen ouders wel snoezelen? Kan en mag jij zelf de tijd vrijmaken om te snoezelen? Wat doe je met je andere taken? Is voor het raam in slaap vallen wel verantwoord en wat vindt de GGD ervan?

# Snoezelen voor het raam

## Het samen doen

Karin en Elma merken dat niet alle ouders zomaar gaan snoezelen. “Als je je onrustig of gespannen voelt, is het onnatuurlijk om ineens even ‘niks’ te doen”, legde Karin uit. Ook ouders die het nog nooit hebben ervaren, reageerden terughoudend. Karin en Elma besloten om ouders wat ondersteuning te geven. Ze hebben eerst verteld hoe ze het snoezelen zelf hebben ervaren en wat zij merkten bij het kind. Vervolgens hebben ze het snoezelen voorgedaan en toen de ouder uitgenodigd het zelf te proberen. “Niet omdat het moet natuurlijk”, vulde Elma aan, “maar gewoon om te proberen of het voor hen werkt”.

Karin en Elma merkten dat sommige ouders zich ongemakkelijk voelden en het idee hadden dat ze in de gaten werden gehouden bij het snoezelen. Karin en Elma vertelden dat het belangrijk is om een beschutte plek te hebben.

## ‘De tijd laten’

Karin en Elma vonden het een hele uitdaging om de tijd te kunnen laten, want dan bleef het afwassen en opruimen soms liggen. En als ze op de avondvogels wachtten die na acht uur komen, gingen alle kinderen te laat naar bed. Karin en Elma besloten de tijd te nemen, wanneer ze het op dat moment waardevol vonden om hun tijd op deze manier te besteden. De keuze om wel of juist niet ‘de tijd te laten’ is een professioneel oordeel.

Karin adviseerde om dat professionele oordeel te delen met collega’s. Zo leer je hoe ieder zijn keuzes maakt en verantwoordt.

## Een veilige snoezelplek

Zoiets simpels als snoezelen voor het raam riep allerlei vragen op. Als kinderen op schoot in slaap vallen, mogen ze dan blijven liggen of moeten ze in bed? En mag de plek waar ouders met hun kind zitten uit het zicht zijn, of wil je zicht houden op hen? Is het oké dat kinderen zelf naar de snoezelplek gaan, of gaan zij altijd samen met een volwassene? Het helpt om samen naar de plek te kijken en elkaars mening te horen over wat goed en veilig is, merkten Karin en Elma. Zo kun je weloverwogen keuzes maken.

# Snoezelen voor het raam

## En zo kan het ook

Karin tipte om ook buiten snoezelplekken te zoeken. Kies dan plekken die rust bieden aan ouder en kind, waar ze een gevoel van privacy hebben, en waar ruisend geluid klinkt, zoals van water, bladeren of riet. Richt deze buitenplekken in door een hoekje met zitzakken te maken, hangmatten tussen de bomen te hangen of lekkere tuinstoelen in de binnentuin te zetten.

Of ga wandelen met ouders en hun jonge kinderen, zodat het kind wiegend in de draagzak of de wandelwagen in slaap valt.

*Dit praktijkvoorbeeld is een Buitenbooster van het lectoraat Natuur en Ontwikkeling Kind van Hogeschool Leiden. Iedere maand plaatst het lectoraat zo'n Buitenbooster om professionals in opvang, onderwijs en zorg naar buiten te 'boosten'. Deze is speciaal voor professionals die met gezinnen werken. Want natuur-inclusieve zorg voor jonge gezinnen kan heel verrijkend zijn. En zo eenvoudig.*

*Elise Peters laat in haar onderzoeken zien hoe de maatschappelijke opvang en vrouwenopvang natuur-inclusief werken en verzamelde prachtige praktijkvoorbeelden. Smaakt het naar meer? In het boek 'De knotsgekke avonturen van mijn moeder en de geit' staan nog veel meer ideeën voor natuur-inclusieve maatschappelijke hulpverlening aan gezinnen. Het boek is gratis te downloaden op de website van het lectoraat: <https://www.hsleiden.nl/binaries/content/assets/hsl/lectoraten/natuur-en-ontwikkeling-kind/knotsgek-2021.pdf>.*

