

Vraag & antwoord

'MIJN ZOONTJE ZIT IN DE TWEEDE KLEUTERKLAS, MAAR DE KLEUTERJUF DENKT NU AL DAT HIJ WAARSCHIJNLIJK NIET NAAR DE DERDE ZAL MOGEN GAAN OMDAT HIJ ER NOG NIET KLAAR VOOR IS. ZAL HIJ ACHTERSTAND HEBBEN IN HET LAGER OF HOGER ONDERWIJS?'

Lisa, 34

Veerle De Ketelaere, kinderarts: 'Dat brengt natuurlijk zorgen met zich mee, maar er is geen reden tot paniek. Als je kind moet blijven zitten, wil dat niet zeggen dat het later problemen krijgt. Soms blijven kleuters zitten omdat hun taal nog niet voldoende ontwikkeld is, hun fijne motoriek nog niet optimaal is of omdat ze niet kunnen vatten wat de kleuterjuf hun vraagt ... Ter voorbereiding van de schrijfflessen in het eerste leerjaar laten ze kindjes krulletjes tekenen met een potlood of balpen. Als de juf merkt dat een kleuter het potlood niet goed kan vastgrijpen, bestaat er een kans dat hij een jaartje moet overdoen. Stel je in de plaats van je kind: als het niet kan wat de andere kinderen wel kunnen, frustreert dat enorm. Laat de kleuterjuf jouw kind toch overgaan naar de volgende klas, dan kan het zijn dat het binnen enkele jaren schoolmoe is. Als je voortdurend op de toppen van je tenen moet lopen om het niveau van je klasgenoten te volgen, zal je kind school namelijk na verloop van tijd niet meer leuk vinden. Probeer daarom om je kind zo veel mogelijk te stimuleren. Zit de taal nog niet goed? Dan helpt het om veel te communiceren en leesmomenten in te lassen. Als de fijne motoriek nog wat stroef verloopt, kan je daarop oefenen. Neem vooral de tips van de kleuterjuf mee en ga er ook daadwerkelijk mee aan de slag.'

'HOE KRIJG IK EEN WIJNVLEK UIT MIJN WITTE BLOUSE?'

Kim, 29

Liesbeth Verboven van Het Poetsbureau en medeauteur van 'De grote schoonmaakbijbel' en 'De poetsplanner': 'Er zijn een aantal methoden om rode wijn uit stof te krijgen. Grijp in ieder geval meteen in, zodat de vlek zich niet aan het textiel kan hechten. Wrijf, dep of boen niet, want dat maakt het probleem alleen erger. De bekendste manier om wijn uit textiel te krijgen is door er zout op te strooien en het goedje vervolgens te laten intrekken. Spoel het kledingstuk daarna uit en leg het dan te week in water waaraan je zout toegevoegd hebt. Was het stuk vervolgens in de wasmachine. De vlek deppen met wodka of gin is een andere mogelijkheid. Wat je ook kan doen, is maizena op de vlek strooien en laten intrekken. Dep of boen niet. Wacht een dagje en borstel of zuig de maizena dan weg. Tot slot kan je wat witte wijn op de vlek gieten vooraleer je je blouse in de wasmachine stopt. Geen witte wijn in huis? Probeer het dan met azijn of spuitwater. Ingedroogde vlekken zijn veel moeilijker te verwijderen. Je kan er eventueel wat vloeibaar wasmiddel of een mengeling van natuurzeep en borax op doen en het een paar uur laten trekken voor je de blouse in de wasmachine stopt. Is je blouse vervaardigd uit een delicate stof als zijde? Dan kan je het best meteen naar de droogkuis of stomerij stappen.'

'Ik heb gemerkt dat ik hoogsensitief ben. Ik ben bang om dat tegen mijn collega's te zeggen. Hoe zullen zij reageren?'

Lien, 25

Meredith Van Overloop, auteur van 'Niet perfect, toch content' en 'Het Overloop Effect, 7 hefbomen voor een betere werksfeer', en oprichter van Triangis Coaching & Training Solutions: 'Volgens psychologe Elaine Aron is vijftien tot twintig procent van de mensen hooggevoelig. Hoogsensitiviteit is geen aandoening, maar een karaktereigenschap. Net zoals slordigheid of een talenknobbel is het gewoon iets wat bij je hoort, en kan het voor- en nadelen hebben. 'Ik begrijp dat je je zorgen maakt over de reactie van je collega's, maar ik wil je geruststellen. Er is helemaal niets mis met jou. Piekeren over mogelijke reacties helpt je al zeker niet verder. Integendeel, ik zou je eerder aanraden om vooral goed voor jezelf te zorgen. Hoogsensatieve mensen leren het best zichzelf heel goed kennen. Ga na wat jou overprikkelt en onderzoek wat jou tot rust brengt. Neem tijd om je batterijen op te laden. Durf je grenzen aan te geven. Kortom, ik geloof niet dat het nodig is om je hoogsensitiviteit ter prake te brengen bij je collega's. Je hoeft jezelf helemaal niet in een 'hokje' te duwen. Uiteindelijk is hoogsensitiviteit geen ziekte! En verder wil ik je aanraden om gewoon jezelf te zijn. Jij bent een unieke persoon met unieke talenten!'