

steun S ouder

Ontwikkeling kind

0 tot 13 jaar

Digitraining Steunouder



INHOUDSOPGAVE

Ontwikkeling 0 tot 13 jaar	3
0 tot 1 jaar	3
Ontwikkeling eerste jaar	3
Zintuigen	3
Motorische ontwikkeling	3
Verstandelijke ontwikkeling	4
Sociaal emotionele ontwikkeling	4
1 tot 4 jaar	5
Middelpunt van de wereld	5
Verstandelijke ontwikkeling	6
Motorische ontwikkeling	6
Zintuigen	6
Taalontwikkeling	6
Hechtingsproces	7
Koppig	7
Driftig	8
Zindelijk worden	8
Samen spelen	8
4 tot 7 jaar	9
Ik kan nog niet...	9
Ik kan al...	9
Kleuterfantasie	9
Kleuters: ik en de anderen	10
Schoolkind: ik en de groep	10
8 tot 10 jaar	11
Alleen fietsen	11
11 tot 13 jaar	12
Lichamelijke ontwikkeling	12
Emoties	12
Sociaal-emotionele ontwikkeling	13

Ontwikkeling¹ 0 tot 13 jaar

0 tot 1 jaar

Ontwikkeling eerste jaar

Een baby groeit in het eerste jaar hard. Het gewicht kan zich verdrievoudigen. In de eerste maanden is er een soort groeispurt die zich in zijn leven nog maar eenmaal herhaalt, namelijk bij het begin van de puberteit. Ook de ontwikkeling van de mogelijkheden van de baby om zijn omgeving te ontdekken, de zintuiglijke ontwikkeling, motorische ontwikkeling, verstandelijke ontwikkeling en sociaal-emotionele ontwikkeling gaan in razend tempo.

Zintuigen

Vanaf de geboorte kan een gezonde baby alle vijf de zintuigen gebruiken: ogen (zien), oren (gehoor), neus(reuk), smaak en tastzin. Deze zintuigen geven hem informatie over de omgeving. Vanaf de geboorte gaat een kind zijn omgeving ontdekken en leert hij zijn zintuigen steeds beter te gebruiken.

Horen: een baby kan al tijdens de zwangerschap horen. Een baby reageert op harde geluiden, vindt dit vaak niet prettig. De meeste baby's vinden zachte muziek en menselijke stemmen (bij voorkeur moeders stem) wel aantrekkelijk. Een baby kan stemmen onderscheiden. Ze worden onrustig van het horen van meerdere stemmen door elkaar.

Zien: bijna alle baby's hebben bij de geboorte blauwgrijze ogen. De blijvende oogkleur van een kind is definitief als het minstens een half jaar oud is. In het begin ziet een baby alleen licht en donker. Ze richten zich op het licht. Een baby ziet contrast: haren (donker) – gezicht (licht). Vanaf 6-8 weken kunnen ze vrij scherp zien op een afstand van 20 cm. Daarbuiten is alles wazig. Het is dus mogelijk oogcontact te maken, wat belangrijk is voor de hechting. Vanaf 7/8 maanden kan een baby net zo goed zien als volwassenen.

Proeven en ruiken: baby's hebben een goed ontwikkeld reukvermogen en ze kunnen meteen al proeven. Ze houden meer van zoet dan van zuur. Baby's onderscheiden geuren en kunnen lichaamsgeuren herkennen.

Motorische ontwikkeling

De eerste twee mijlpalen in de motorische ontwikkeling zijn het hoofd omhooghouden en naar iets grijpen. Zo ontwikkelt zich de grove en fijne motoriek.

¹ Websites Centra Jeugd en Gezin

- Grote motoriek (beheersen grote spieren): zitten, kruipen, staan, lopen (grote bewegingen);
- Fijne motoriek: kleine bewegingen van de spieren die nodig zijn om iets te pakken en vast te houden.

Stapjes: rollen van rug naar buik en terug.....zitten met steun.....alleen zitten.....staan met hulp.....kruipen.....lopen aan de hand.....zichzelf optrekken..... alleen staan..... lopen.

Verstandelijke ontwikkeling

Het is van belang veel te praten tegen een kind. Ook al krijg je nog geen antwoord en begrijpt het niet wat je zegt, een kind hoort wel dat je iets zegt en hoe je iets zegt. Baby's willen graag alles oefenen en leren. Dat doen ze vooral door nadoen en imiteren. Een baby zal snel gaan terug babbelen. Praat en zing veel met een baby (in je eigen taal) en reageer als hij begint 'terug te praten'.

In de eerste zes weken is huilen het enige geluid dat een kind zal maken. Dit is naast communicatie ook een manier om controle te krijgen over spieren in tong, lippen en gehemelte. Daarna gaat een baby het eerste geluidje maken en gaat hij oefenen met klanken. Een baby zal reageren op verschillend taalgebruik door te lachen of te huilen. Een baby leert al veel over taal nog voordat hij kan praten!

Het eerste woord dat in vrijwel alle talen wordt geleerd is mama. Omdat dit de eerste duidelijke klankcombinatie is, die een baby maakt, is dat het woord voor moeder geworden. Rond de eerste verjaardag klinkt naast 'mama' het eerste andere woordje.

Sociaal emotionele ontwikkeling

In de eerste weken na de geboorte laat een baby 'schijn-glimlachjes' zien. Dit gebeurt meestal in zijn slaap of als de baby slaperig is. Tussen vier en tien weken begint de baby te glimlachen, omdat hij gaat reageren op iets wat in zijn omgeving hoort. Pas daarna is er sprake van een 'sociale glimlach': als reactie op contact met een ander. Dit heeft ook te maken met het feit dat een baby vanaf deze leeftijd steeds beter kan zien en zijn blik kan richten. Vanaf twee maanden raakt een baby steeds meer geïnteresseerd in zijn omgeving. Een baby maakt in de eerste maanden geen verschil in personen: hij lacht tegen iedereen die hij ziet en tegen hem praat. Vanaf een maand of zes lacht de baby alleen nog tegen mensen die hem vertrouwd zijn. Het belangrijkste wat je in het eerste jaar voor een kind kunt doen, is ervoor zorgen dat het kind de wereld waarin hij leeft, kan zien als een veilig oord. Daarvoor is voorspelbaarheid nodig en een begripvolle houding. Het is van belang dat je gevoelig bent voor de signalen van de baby. Het is daarbij van belang dat de baby steeds meer gaat deel uitmaken van zijn omgeving. Hij hoort erbij en heeft het gevoel dat hij erbij hoort.

Vaak treden in de tweede helft van het eerste levensjaar de eerste boze buien van een kind op. In de loop van het eerste jaar ontdekt het kind niet alleen dat hij steeds meer kan, maar ook dat hij steeds meer wil. Afhankelijk van het temperament van het kind zal het meer of minder boos worden. Een groot verschil met een boze volwassene is dat een baby zijn boze bui snel weer vergeten is.

Eenkennigheid

Vanaf een maand of acht leert een baby het verschil tussen mensen te zien. Wanneer een baby iemand anders ziet dan zijn vertrouwde personen, zoals vader en moeder, wordt hij angstig. Op deze leeftijd worden sommige kinderen bang als een vreemde naar hen kijkt. Ook bij mensen die ze wel kennen kan dit gebeuren. Het kind wordt eenkennig: hij wil slechts één persoon kennen. Als reactie klampt hij zich aan vader of moeder vast, kijkt weg of gaat hartverscheurend huilen.

Naarmate het kind ouder wordt leer je het beter kennen. Je kent zijn temperament, de typerende manier van doen die al bij jonge baby's te zien is. Je biedt als volwassene de omgeving die daarbij hoort: aanvaard het kind zoals hij is en pas je gedrag aan. Hierdoor wordt het bijvoorbeeld makkelijker met boosheid en drift om te gaan. De ervaringen die het kind opdoet zijn bepalend voor zijn ontwikkeling.

Slapen

Als een baby geboren wordt, werkt zijn biologische slaapklok nog niet optimaal. Het deel van de hersenen waar deze klok zich bevindt, is namelijk nog niet helemaal volgroeid. Het duurt meestal drie tot zes maanden voordat de gemiddelde baby een regelmatig slaap-waakritme heeft ontwikkeld. Een baby van een paar weken oud kent het verschil tussen dag en nacht nog niet. In de buik was het altijd donker. Je kunt een baby helpen het verschil te leren door anders om te gaan met de dag als met de nacht. De slaapbehoefte hangt af van het kind. Elk kind is anders. Gemiddeld slapen baby's 16,5 uur per dag, meestal in periodes van anderhalf tot drie uur. Baby's nemen de slaap die ze nodig hebben. Je merkt meestal vanzelf aan de baby of hij moe is; ogen draaien weg, onrust neemt toe of hij wordt hangerig of huilerig. Veel baby's verzetten zich tegen de slaap. De meeste baby's vallen na even mopperen/ huilen in slaap. Als je een baby bij het eerste huiltje uit bed haalt, ontnem je hem de kans om in slaap te vallen. Baby's slapen anders dan volwassenen. Ze slapen niet zo diep waardoor ze makkelijk wakker worden.

1 tot 4 jaar

Na de eerste verjaardag is het kind een dreumes en wordt hij steeds minder afhankelijk van de constante zorg van de volwassene. Hij gaat steeds beter lopen en gaat zelf op onderzoek uit. De drang tot ontdekken zal het steeds vaker winnen van zijn behoefte om bij vader of moeder te zijn en in de buurt te blijven. Vanaf ongeveer anderhalf jaar wordt het kind peuter. Het kind ervaart dat hij of zij een eigen persoon is en ontwikkelt een eigen wil. Daarmee breekt een nieuwe, boeiende periode aan! Het omgaan met het kind komt steeds meer in het teken te staan van opvoeding naast de verzorging.

Middelpunt van de wereld

Een peuter is heel trots op zichzelf en denkt dat de wereld om hem draait. Het hoort bij de normale ontwikkeling dat een peuter verwacht dat alle aandacht op hem gericht is. Hij eist alle aandacht op en dit van iedereen en overal. Een peuter kan er niet goed tegen wanneer je met andere dingen bezig bent. Hij gaat op allerlei manieren aandacht trekken en begrijpt niet dat je ook nog andere dingen te doen hebben

dan constant met hem bezig zijn. Een peuter kan erg kwaad worden wanneer je hem geen aandacht geeft.

Verstandelijke ontwikkeling

In het tweede levensjaar leert het kind dat hij zelf iets teweegbrengt. Dit is een stap in de richting van geloof in eigen kunnen. Een dreumes kan kleine opdrachtjes uitvoeren en geniet van complimentjes. Dit is ook belangrijk voor later op school. Op deze leeftijd gebruikt hij de dingen zoals ze bedoeld zijn; haarborstel voor haar, een bal om te rollen en tegenaan te schoppen en met een auto doe je rijspelletjes. Een peuter denkt op een 'peutermanier'. Herinneringen, fantasie en werkelijkheid lopen door elkaar heen; er is sprake van magisch denken. In deze fase gelooft een peuter dat wat hij denkt ook echt gebeurt. Soms kan dat een peuter bang maken en is de oorzaak van de angst moeilijk te achterhalen. Neem in ieder geval de angst wél serieus! Probeer er over te praten. Als een peuter leert angsten de baas te zijn, heeft hij daar zijn hele leven wat aan.

Motorische ontwikkeling

Leren lopen en praten zijn twee grote en belangrijke ontwikkelingen. Daarna leert een kind een bal wegschoppen, springen, rennen en een bal gooien. Alle kinderen hebben hun eigen tempo waarin zij zich ontwikkelen. Vanaf de eerste verjaardag gaat het hoofd van een kind in verhouding tot het lichaam kleiner lijken en begint er iets van een hals te ontstaan. De armen en benen groeien nu veel sneller dan de romp. Babyvet verdwijnt. Vanaf anderhalf jaar kun je zien dat de ontwikkeling van de fijne bewegingen een spurt neemt. Nu hij het lopen onder de knie heeft, gaat hij zich meer richten op details. Zo zal hij willen leren drinken uit een beker en deze met twee handen vastpakken. Hij gaat leren eten met een lepel en deze zelf naar zijn mond brengen. Draaien is een moeilijke beweging om te leren. Het kind leert dit door bladzijden in een boek om te slaan en dat gaat steeds gemakkelijker.

Zintuigen

De peuter zal nog weinig oog hebben voor details, kan zich richten op één ding/ detail. Geluiden kunnen op hem afkomen als een onherkenbare massa. Op sommige momenten kan hem dit bang maken. Het kind gaat eetbare-en niet-eetbare (bijvoorbeeld zand) dingen gaan proeven.

Taalontwikkeling

Wanneer het kind tevreden en enthousiaste reacties krijgt op zijn eerste woordjes, spoort dit het kind aan om nog meer dingen te zeggen of te herhalen. Na mama en papa zullen eerste woorden vooral namen van dieren en klanken zoals dada en tuut tuut. Na de leeftijd van achttien maanden kunnen sommige peuters al kleine zinnen zeggen. Peuters gaan ook meer en meer begrijpen wat er tegen hen wordt gezegd. Je merkt dit doordat je op vragen antwoord of een aansluitende reactie krijgt. Bijvoorbeeld een peuter die opstaat om een boekje te halen als de ouder daar om vraagt.

Ook in de taalontwikkeling zie je veel onderlinge verschillen tussen kinderen. Deze verschillen zijn heel normaal. Je mag je zorgen maken wanneer een peuter van 2 nog helemaal niets zegt. Soms komt dit doordat een kind niet goed hoort. In zo'n geval is contact op met de huisarts belangrijk.

Volwassenen /ouders kunnen het goede voorbeeld geven, kinderen nemen de taal van hun over. Peuters leren door middel van imitatie. De peuter begrijpt nog niet alles wat hij nazegt, het gaat om het nazeggen op zich.

Hechtingsproces

In het algemeen verloopt het hechtingsproces van een kind in fasen:

- Eerste drie maanden: signalen die een baby uitzendt zijn nog niet gericht op één iemand, de baby voelt zich één met zijn omgeving en maakt nog geen onderscheid tussen personen;
- Drie – zes maanden: er ontstaat een begin van herkenning, de baby leert onderscheid maken in stemmen en gezichten. De meest lieve lachjes zijn voor zijn vaste verzorgers;
- Vanaf ongeveer zes maanden: periode van nabijheid zoeken en scheidingsangst. Van groot belang in deze periode is dat de baby leert dat je weer terugkomt als je even weg bent geweest (bijvoorbeeld door middel van kiekeboe-spelletjes);
- Ongeveer anderhalf jaar tot drie jaar: losmaken tot zelfstandigheid. Het kind heeft een innerlijk beeld gevormd van zijn ouders en heeft geleerd dat de ouder ook buiten het gezichtsveld blijft bestaan. Het kind gaat ontdekken dat hij zelf ook iemand is, los van zijn ouders. Hij gaat ervaren dat hij zelf iemand anders is dan zijn vader of moeder. Hij wordt zelfstandig en geniet van de vrijheid die het loslaten oplevert;
- Ongeveer drie tot zes jaar: laatste fase van het hechtingsproces. Het kind leert dat hij zelf actief kan ingrijpen, dat hij creatief kan zijn en de wereld naar zijn hand kan zetten. Hij kan voor zichzelf opkomen.

Kenmerkend voor peuters is dat ze alles zelf willen doen. Ze denken ook dat ze alles zelf kunnen! Aan de andere kant is er ook de behoefte aan vertrouwen, veiligheid en regelmaat. Hoe lastig het voor ouders ook is, het is eigenlijk heel dapper van een peuter dat hij tegen de grote mensen in opstand komt. Maar 's avonds verdwijnt dat dappere gevoel. Dan kunnen er gedachten komen als ... Wat gebeurt er als papa en mama boos op mij zijn en helemaal verdwijnen? Bang zijn om alleen gelaten te worden is rond het vierde jaar het sterkst en wordt daarna langzaam minder.

Koppig

Peuters willen zelf ontdekken en zelf doen. Maar soms willen ze iets doen wat niet mag of wat ze nog niet kunnen. Een peuter kan zich dan heel kwaad maken. Het is belangrijk dat de peuter de kans krijgt te vertellen wat hij wil of niet wil. Dit betekent niet dat hij zijn zin hoeft te krijgen, als volwassene/ ouder bepaal je zelf wat wel/ niet gebeurt in huis.

Koppig zijn is een normale stap in de ontwikkeling van het kind. Het heeft te maken met het zich losmaken van ouders. Een koppige peuter heeft hierbij niet de bedoeling om zijn ouders te pesten of dwars te zitten. Het betekent ook niet dat hij zijn ouders niet meer graag ziet of niet meer nodig heeft. Integendeel! De peuter gebruikt de ouder als proefkonijn, juist omdat hij zich bij zijn ouders veilig voelt. Probeer deze koppigheid dus niet te zien als strijd. Probeer de peuter te zien, te helpen en geef grenzen aan in zijn ontdekkingsstocht.

Driftig

Peuters hebben weinig geduld. Als iets niet meteen lukt, of niet meteen mag, wordt hij dikwijls erg boos. Peuters kunnen deze boosheid nog niet onder controle houden. Een peuter wordt overspoeld door een boze bui en kan dit moeilijk zelf stoppen. Dit lijkt voor ouders vaak een overdreven reactie, maar de peuter kan er niet meteen iets aan doen en doet het niet met opzet. Ouders kunnen deze lichaamstaal wel met woorden vertalen voor het kind. Zo wordt het kind geholpen gevoelens te verwoorden. Belangrijk: blijf rustig en wordt niet boos op de peuter. Boos reageren op een woedebui maakt het alleen maar erger. Geef ook hierin als ouder het voorbeeld!

Zindelijk worden

Sommige kinderen zijn zindelijk als ze 2 jaar zijn, andere kinderen dragen nog een luier op 4-jarige leeftijd. Kinderen worden gemiddeld tussen hun tweede en vierde levensjaar zindelijk. Doorgaans zijn kinderen zindelijk wanneer zij naar de basisschool gaan. Je kunt kinderen niet zindelijk maken, je kunt een kind wel helpen zindelijk te worden. Wacht tot het kind er zelf klaar voor is. Als bijvoorbeeld de luier langere tijd droog is, kan dit een teken zijn om te starten met zindelijkheidstraining. Ook hierin kan de ouder het kind een voorbeeld geven: neem hem mee naar toilet en/ of zet hem naast u op het potje. Gebruik geen dwang, want dat werkt averechts. Heb geduld en beloon de peuter uitgebreid (middels vele complimenten) als het goed gaat. Een kind dat overdag droog is, kan 's nachts toch nog een luier nodig hebben. Tot de leeftijd van 7 jaar is dat niet abnormaal. Meestal wordt een kind ook 's nachts vanzelf droog. De luier kan worden weglaten als het kind 5 van de 7 dagen 's morgens een droge luier heeft.

Samen spelen

Dreumessen en peuters vinden het heerlijk om samen met de volwassene te spelen. Je hoeft niet de hele dag met het kind bezig te zijn, maar reserveer vaste momenten om samen te spelen. Andere momenten leer je het kind zelf bezig te zijn. Door regelmatig iets samen te doen ontstaat er een evenwicht tussen beide. Imitatiespelletjes en meehelpen zijn favoriete bezigheden op deze leeftijd. Hij helpt graag mee en doet alles na wat de ander doet.

Dreumessen en peuters zijn zeer geïnteresseerd in andere kinderen. Ze spelen naast elkaar, maar kijken wel naar elkaar. Samen spelen met andere kinderen van dezelfde leeftijd is nog moeilijk. Het kind is nog erg op zichzelf gericht en vindt het moeilijk een ander kind met zijn speelgoed te zien spelen. Op deze leeftijd zijn ze nog niet in staat rekening te houden met elkaar of een plotseling opkomende behoefte uit te stellen.

Slapen

Als het kind rond twee jaar is komt er vaak opeens een moment dat hij niet meer naar bed wil. Het feit dat de peuter in deze periode zijn eigen willetje ontdekt maakt het er niet gemakkelijker op. Hij gaat hier ook mee experimenteren als hij naar bed moet. Je kunt een kind niet dwingen te gaan slapen, maar je kunt wel bepalen wanneer hij naar bed gaat en dat hij in bed moet blijven: wakker liggen mag best, er uit komen niet! Verder kan een peuter last hebben van angsten (krokodillen onder het bed), kan

scheidingsangst meespelen, krijgt de peuter mogelijk nog wat (pijnlijke) kiezen, wordt hij 's nachts wel eens wakker, komt hij uit bed of roept steeds om een glaasje water. Kortom het slapen van peuters kan een veelbewogen beeld opleveren. Het helpt te werken met een bedritueel (hou een vast ritueel aan en breng geen nieuwe impulsen aan), een vast knuffeltje mee geven, voor rust en regelmaat te zorgen gedurende de dag, consequent en voorspelbaar om gaan met regels en grenzen. Zo weet het kind wat hij kan verwachten en wat u niet doet.

4 tot 7 jaar

Ik kan nog niet...

- Tegen mijn verlies
- Spelregels zien als afspraken
- Goed delen
- Boetedoen om iets wat niet mocht
- Oorzaak en gevolg overzien
- Verantwoord alleen op de stoep spelen
- Waaromvragen beantwoorden
- Verder dan morgen kijken

Ik kan al...

- Rekening houden met anderen
- Gezelschapsspelletjes doen
- Mijn goede manieren laten zien
- Gehoorzamen aan afspraken
- Veertig minuten alleen spelen
- Taakjes in huis doen
- Mijn naam schrijven
- Bij vriendjes logeren
- Mijn zwemdiploma halen

Kleuterfantasie

Kleuters hebben, net als peuters, een heel eigen kijk op de wereld. Ze leven in een magische wereld waarin fantasie en werkelijkheid door elkaar heen lopen. Bomen hebben pijn als ze de blaadjes verliezen, de wind blaast je hoog de wolken in en insecten eten je op. Ze hebben een soort microscopische aandacht voor hun lichaam: een vlieg op het been van een kleuter kan genoeg zijn voor totale paniek. Wat kleuters niet begrijpen, vullen ze in met hun fantasie.

Kleuters (en peuters) hebben geen besef van afstand (waar houdt de zee op?), van tijd (wordt het echt weer licht?) en van oorzaak en gevolg (waar blijft de roltrap als hij wegglijdt?) Vaak legt een kleuter verbanden die niet kloppen.

Het hoogtepunt van deze magische periode ligt tussen vier en vijf jaar. Pas als kinderen zes à zeven jaar zijn, kunnen ze het verschil beter maken tussen werkelijkheid en fantasie.

Kleuters: ik en de anderen

Kleuters worden groot en flink. Ze kunnen al veel dingen zelf, maar blijven nog vooral spelen. Spelen is ook leren, groep 1 en groep 2 (vroeger kleuterschool) is dan ook niets anders dan spelend leren. Kleuters rennen, klimmen, fietsen, schommelen, knippen, plakken, kleuren. Ze oefenen de gehele dag. De kleuter wil veel weten en stelt de hele dag waaromvragen. Het is voor hem dé manier om de wereld te ontdekken en veel te leren.

De kleuter leert dat de wereld niet alleen om hem draait. Er zijn andere kinderen waarmee hij moet delen. Hij moet rekening houden met de regels van volwassenen. Dat is voor een kleuter nog vaak moeilijk. Het vraagt veel oefening te leren omgaan met andere mensen: volwassenen en kinderen. Kleuters vinden het fijn om samen te zijn met andere kinderen. Samen spelen is leuker dan alleen! Maar met andere kinderen spelen is ook moeilijk. Er komt vaak ruzie van omdat kleuters nog dikwijls hun eigen zin willen doen. Samen spelen moeten ze leren en daarom moeten volwassenen regelmatig helpen: luisteren, benoemen, bemiddelen, alternatieven bieden, zelf laten oplossen. Daarbij is het voor kleuters belangrijk dat er verteld wordt wat wel of niet kan, dat er veel samen wordt gedaan, dat er verteld wordt wat hij goed doet en wat hij niet goed doet.

Hoewel een kleuter wel wil luisteren naar zijn ouders, maakt zijn sterke wil het hem moeilijk. Hij zal zijn best doen, maar het gaat niet altijd lukken. Ze zijn dan ook nog vaak ongehoorzaam, ongeduldig en kunnen maar moeilijk stil zitten en op de beurt wachten. Een kleuter vergeet regelmatig wat afgesproken is. Hij begrijpt ook nog niet alles. De wereld kan voor een kleuter soms heel ingewikkeld en onduidelijk zijn.

Schoolkind: ik en de groep

Op de basisschool zetten kinderen flinke stappen vooruit. En dit op alle terreinen.

In de schoolleeftijd staat alles in het teken van leren:

- Leren lezen, schrijven, rekenen;
- Leren fietsen, de bus nemen, naar de winkel gaan (de wereld wordt groter);
- Leren keuzes maken en beslissingen nemen (welke kleding aantrekken, voetballen of fietsen);
- Leren om je eigen plan te trekken (jezelf verzorgen, kamer opruimen, huiswerk maken);
- Leren omgaan met anderen (afspreken met vriendjes, delen, ruzies oplossen).

Tijdens de basisschoolleeftijd wordt de wereld van de kinderen groter en groter. Het kind blijft niet langer thuis zitten, maar wil op verkenning uit. Hij stapt steeds andere kringen binnen: school, vrienden, clubs, enzovoort en leert zo nieuwe mensen kennen. Dit vraagt zelfvertrouwen: hij weet wat hij kan en heeft vertrouwen in de dingen die hij doet. Sommige kinderen worden met zelfvertrouwen geboren, andere kinderen zijn in aanleg angstig. Kinderen die veel negatief commentaar te horen krijgen, hebben op den

duur geen vertrouwen meer in zichzelf. Volwassenen en ouders in het bijzonder kunnen veel invloed hebben op het zelfvertrouwen van hun kind(eren). Geef aan wanneer het kind iets goed doet en wanneer bijvoorbeeld het gedrag, niet goed is. Geef complimentjes, maar keur ook af wat misloopt of fout is gedaan. Let er wel op dat de sfeer waarin dit gebeurt positief blijft. Zo leert het kind zijn talenten kennen, maar ook zijn fouten. Zijn zelfvertrouwen is groot, maar het kind weet ook dat hij niet perfect is.

Tussen zes en twaalf jaar krijgen kinderen meer en meer eigen bezigheden. Ze leren wat ze graag willen en leren stilaan waar ze goed in zijn. Door interesse te tonen voor wat het kind allemaal doet en meemaakt, laat je zien dat je het belangrijk vindt waar hij mee bezig is. Laat het kind uitgebreid vertellen hoe het op school was, wie gewonnen heeft met voetbal, ga samen winkelen of help met het huiswerk.

8 tot 10 jaar

Achtjarigen gaan zich steeds meer bezighouden met wie ze zijn. Ze willen zich meten met andere kinderen en kunnen slecht tegen hun verlies. Ze zijn volop bezig om zichzelf neer te zetten en te bewijzen. Deze onderlinge competitie kan geen kwaad, zolang er maar aandacht is voor iedereen en er in de klas geen pikorde ontstaat. Vanaf groep vijf begint groepsdruk mee te spelen. Kinderen worden soms keihard uit de groep gezet, soms met dreigende taal. Zo kan een kind helemaal van slag thuiskomen als hij niet is gevraagd voor een partijtje of uit een clubje is gezet. Groepsdruk is een hardnekkig, bijna niet uit te roeien middel om je positie in de klas veilig te stellen. Soms zijn kinderen aan elkaar gewaagd. Dan lossen ze ruzies op en vallen er geen slachtoffers. Zodra iemand de dupe is, spreken we over pesterijen. Pesten is altijd schadelijk voor een kind en moet direct gestopt worden. In het geval van pesterijen is klikken verplicht! Ieder kind moet zich veilig voelen op school. Hoe duidelijker het schoolbeleid hieraan vasthoudt, hoe minder pesterijen er zullen zijn.

Met negen jaar staan kinderen op een 'kruispunt'

Een kind van negen is niet meer zo van afhankelijk van zijn ouders. Hij gaat alleen naar school en blijft bij vriendjes eten. Zijn wereld wordt groter en de ouder staat meer aan de zijlijn. Aan de ene kant eist een schoolkind deze onafhankelijkheid op, wil hij op avontuur, maar aan de andere kant is hij jong en vraagt hij veiligheid en geborgenheid van zijn ouders. Want zo zelfredzaam is hij nu ook weer niet. Zorgdragen voor de huissleutel kan hij, maar verwacht niet dat hij de sleutel niet kwijtraakt. Leg een reservesleutel klaar, zodat het kind altijd het huis in kan. Vanaf de middelbare schoolleeftijd kun je pas volledige verantwoordelijkheid voor een sleutel verwachten. Dan kun je een kind er wel op aanspreken. Het is van belang schoolkinderen taakjes en verantwoordelijkheden te geven die bij de leeftijd passen.

Alleen fietsen

Als kinderen tien jaar zijn kunnen ze eenvoudige fietsroutes alleen fietsen:

- Ze weten redelijk goed snelheid van auto's in te schatten;
- Ze kunnen op een veilige manier afslaan;
- Ze kunnen over hun linkerschouder kijken en tegelijkertijd hun arm uitsteken zonder te gaan zwabberen met hun fiets;

- Ze hebben inmiddels voldoende lengte om over geparkeerde auto's heen te kunnen kijken om te zien of er nog verkeer aan komt.

11 tot 13 jaar

De periode tussen elf en vijftien jaar wordt wel gezien als de lastige fase. Kinderen ontwikkelen zich in deze periode in een verschillend tempo. Met elfjarigen ontstaan ineens heftige gesprekken over zakgeld, kleding, games, gebruik van internet en tv en make-up. Kinderen uit groep 8 zijn mondig en toch nog kind. Hun gedrag verandert: ze worden brutaler en tasten thuis en op school de grenzen af.

Elfjarigen brengen nog maar 35 procent van de tijd overdag in het gezin door. Benut de kansen om contact te houden, dat levert je in de puberteit veel op! Volg de interesse van het kind en voel je niet te snel afgewezen. Het gras bij de burens is natuurlijk groener! Kraak vooral niets af.

Ook al gaan schoolkinderen meer hun eigen weg, ze hebben nog wel hulp en aanmoediging nodig. Het is belangrijk dat ouders hun kind ruimte geven om eigen dingen te doen. Dit heet 'loslaten'. Maar dat betekent niet dat kinderen alleen kunnen doen wat zij zelf willen. Ouders blijven verantwoordelijk voor kinderen. Zij volgen en controleren. Dit vraagt duidelijke regels en afspraken en helaas kan het af en toe niet anders dan dat je moet corrigeren. Dat helpt het kind om zich aan de regels te houden.

Lichamelijke ontwikkeling

- Armen en benen worden langer;
- Gezicht wordt minder mollig en rond en het krijgt andere trekken;
- Melktanden vallen uit en er komen nieuwe, grotere tanden voor in de plaats;
- Tegen het einde van de basisschool kan een meisje haar eerste menstruatie krijgen.

Emoties

Een kleuter vertelt veel met zijn lichaam over hoe hij zich voelt: druk doen, huilen, lachen, roepen. Een schoolkind kan taal gebruiken om te zeggen hoe hij zich voelt: 'Ik ben boos'. Hij kan zeggen wat hij voelt en zegt het niet alleen met zijn lichaam. Een kind in de basisschoolleeftijd leert dat er verschillende soorten gevoelens zijn: geïrriteerd, boos, woedend, opgewonden, blij, uitgelaten, teleurgesteld, verdrietig, niet te troosten, zenuwachtig, bang, doodsbang. Hij leert zijn gevoelens beter onder controle houden. Het kind wil niet zomaar aan iedereen laten zien hoe hij zich voelt. Dat betekent niet dat kinderen niet meer mogen voelen, maar hij leert kiezen hoe zijn gevoel te tonen. Hij leert daarbij dat je niet in alle situaties op dezelfde manier kunt reageren en dat hij zich moet aanpassen. Daarnaast leert een schoolkind dat anderen ook gevoelens hebben. Ze zien anderen lachen, huilen, rood worden, schoppen, in de lucht springen, rennen... kinderen leren langzaam gevoelens bij anderen te zien, te herkennen en te benoemen.

Kinderen merken dat niet iedereen op dezelfde manier reageert, iedereen doet dat anders. De thuissituatie is een ideale oefensituatie: het kind kan veel uitproberen en oefenen. Daar mag een kind zichzelf zijn en 'fouten' maken, zonder bang te zijn dat iedereen meteen boos wordt. Kinderen leren daarbij veel van de reacties van de andere aanwezigen.

Een paar korte tips: geef complimenten wanneer het kind zijn best doet op een goede manier met anderen om te gaan en bijvoorbeeld een ruzie probeert op te lossen. Benoem de bijbehorende gevoelens en zeg er iets over. Geef zelf het goede voorbeeld. Benoem welk gedrag gewenst en welk gedrag niet gewenst is en geef alternatieven. Herken en benoem gevoelens.

Sociaal-emotionele ontwikkeling

- Tussen 9 en 12 jaar leert het kind dat er verschil is tussen “nu eenmaal ergens goed in zijn” en “ergens je best voor doen”. Hij begrijpt dat zijn inspanning niet altijd een garantie is voor succes.
- Het kind krijgt steeds meer behoefte aan zelfstandigheid, privacy, een eigen mening en eigen verantwoordelijkheid. Je kunt het kind ook best van dit soort verantwoordelijkheden geven. Dat sterkt zijn zelfvertrouwen.
- Tegelijk zal het kind steeds vaker kritisch staan tegenover regels die jij stelt. Ook kan hij zich gaan schamen voor de manier waarop ouders zich gedragen.
- Het spiegelt zich steeds meer aan zijn leeftijdsgenoten. Hij gaat zich net zo kleden en gedragen als zij. De normen en gewoonten van zijn vrienden vindt hij steeds belangrijker.
- Al deze veranderingen (andere normen en gewoonten, anders omgaan met leeftijdsgenoten, meer verantwoordelijkheid zelfstandigheid én lichamelijke veranderingen) zorgen er vaak voor dat het kind last kan hebben van een soort emotionele instabiliteit. Ook kan hij tijdelijk wat minder zelfvertrouwen hebben. Geef het kind daarom extra aandacht in deze periode. Zorg ervoor dat hij een positief en realistisch zelfbeeld blijft houden. Help hem omgaan met de gevoelens die horen bij alle veranderingen in deze fase. Bied een luisterend oor, maar probeer je ook niet te veel met kleine dingen te bemoeien. Geef je kind de ruimte om zijn eigen weg te vinden en ervaringen op te doen. En laat hem weten dat je er altijd bent als hij ergens over wil praten, of als er eens iets misgaat.