



‘Mijn kind beter begrijpen’

cursusmap module 1



Module 1: de basisontwikkeling

Ontwikkelingsfases die kinderen doorgaan

Kinderen doorlopen verschillende stadia van ontwikkeling terwijl ze opgroeien. Soms concentreren ze zich op één fase tegelijk, maar soms komen meerdere fasen gelijktijdig voor. Wanneer je herkent welke fase je kind doormaakt, wordt het makkelijker te begrijpen wat het nodig heeft van jou als het even vastloopt in een bepaalde fase.

Jonge kind

0 tot 1 jaar

- Beseffen dat je welkom bent, er een plekje voor je is in het gezin.
- Leren dat papa en mama er altijd voor je zijn.
- Onderzoekt en leert middels de zintuigen.
- Experimenteren met interactie.
- De omgeving durven verkennen, op onderzoek gaan.

Het eerste levensjaar is cruciaal voor de ontwikkeling van een gezonde emotionele band. Direct na de geboorte is een baby passief in de interactie met zijn omgeving. De schattige kenmerken van een baby zorgen ervoor dat volwassenen instinctief willen zorgen voor het kind, zodat het kan overleven. In deze fase reageert de baby voornamelijk op zijn instincten en leert via zintuiglijke ervaringen.

Praten, knuffelen en oogcontact zijn essentieel voor het leggen van een stevige basis.

Vrij snel na de geboorte wordt de baby actiever in het zoeken van contact. Door te huilen, lachen en geluidjes te maken, probeert de baby aandacht van anderen te trekken. Rond de zes weken begint een baby te glimlachen, wat wordt opgepikt door de omgeving en het sociale proces versnelt. Vanaf ongeveer drie maanden gaan kinderen steeds meer experimenteren met interactie. Als er gelachen wordt om hun geluidjes, zullen ze vaak terug lachen. Het contact zoeken wordt verder uitgebreid; armen worden uitgestrekt om opgepakt te worden, er ontstaan verschillende huilen voor verschillende emoties, en de eerste non-verbale grapjes worden gemaakt.

Baby's leren bijvoorbeeld hoe anderen reageren als ze 'per ongeluk' speeltjes laten vallen. Ze kunnen zich verliezen in spelletjes waarbij ouders voorwerpen laten verdwijnen of weer verschijnen. Rond zeven tot acht maanden leert een baby de betekenis van gezichtsuitdrukkingen en intonatie. Tegen de negen maanden ontwikkelt het kind een eigen besef van zichzelf. Het kan zichzelf in de spiegel herkennen en wordt steeds ondernemender. In deze periode ontstaat ook vaak scheidingsangst. Baby's kunnen bang zijn om alleen gelaten te worden, bijvoorbeeld als de ouder naar de wc gaat, denken ze dat de ouder verdwenen is.

Aan het einde van het eerste jaar begint rivaliteit tussen baby's zichtbaar te worden. Ze kunnen elkaar zien als een speeltje en trekken aan oren of grijpen elkaar vast tijdens het verkennen van elkaars lichaam. Kortom, het eerste jaar legt de basis voor sociale interactie met anderen en met zichzelf, en hechting speelt hierin een cruciale rol op sociaal-emotioneel gebied.

1 tot 2 jaar

- Experimenteert met grenzen
- Leert van de reacties van anderen
- Kan simpele opdrachten uitvoeren
- De taalontwikkeling neemt toe
- Ontwikkelt een sterke wil aan het eind van de fase

In het tweede levensjaar maakt de ontdekking van de wereld een flinke sprong. Het kind vindt het steeds leuker om juist te doen wat niet mag, zoekt de grenzen op en test uit wat wel en niet mogelijk is. De wereld van het kind draait nog om het ik, het kan zich nog niet verplaatsen in een ander. Het is nog aan het leren wat anderen wel en niet prettig vinden. Delen is dan ook vaak nog moeilijk en het kan zomaar gebeuren dat een kind speelgoed uit de handen van een ander trekt. Het kan zelfs verbaasd zijn als een kindje begint te huilen wanneer hij aan diens haren trekt.

De dreumes experimenteert met zijn grenzen, en de reacties van de omgeving beginnen een grotere invloed te krijgen. Het kind leert belangrijke vaardigheden door de reacties van anderen. Naast het 'uitlokken' van negatieve reacties, ontdekt het kind ook hoe het positieve reacties kan krijgen, zoals het plezier dat het kan ervaren door kusjes te geven.

In deze fase is de dreumes ook in staat eenvoudige opdrachten uit te voeren, zoals "pak je beker van de tafel" en kan het zwaaien als iemand vertrekt of iets delen tijdens een spelletje. De taalontwikkeling neemt in dit tweede levensjaar een grote vlucht. Rond anderhalf jaar neemt de woordenschat snel toe, waardoor het kind steeds beter in staat is om deel te nemen aan de sociale wereld en zijn wensen en behoeften door taal kenbaar te maken.

Deze taalontwikkeling maakt ook dat het kind meer belangstelling krijgt voor andere kinderen en steeds beter in staat is om samen te spelen met leeftijdsgenootjes. Aan het einde van het tweede jaar ontwikkelt het kind een sterke eigen wil. Het wil alles zelf doen en kan soms driftig of koppig zijn. Kortom, in het tweede levensjaar spelen de taalontwikkeling en het daarbij behorende sociale contact een belangrijke rol in de sociaal-emotionele ontwikkeling van het kind.

2 tot 4 jaar

- Zelfbewustzijn neemt toe
- Experimenteert met afhankelijkheid en zelfstandigheid
- Fantasiespellen ontstaan
- Angsten ontwikkelen zich
- Worden zich bewust van het 'wij' in het gezin
- Morele ontwikkeling: Koppigheidsfase
- Fysieke uiting van gevoelens

In het derde levensjaar groeit het zelfbewustzijn van het kind. De buitenwereld is inmiddels bekend en vertrouwd en de peuter heeft geleerd dat hij onderdeel uitmaakt van het gezin en bijvoorbeeld de crèche. De omgeving stelt steeds meer eisen aan het kind, waardoor het zal experimenteren met afhankelijkheid en zelfstandigheid. Het is dan ook heel normaal dat er af en toe een machtsstrijd ontstaat.

In deze fase speelt de fantasie een belangrijke rol. Het kind gebruikt fantasie in zowel het spel met vriendjes als in het eigen spel. Bij oudere peuters ontstaan er fantasiespellen met sociale rollen, zoals 'vadertje en moedertje', ziekenhuisje of draken en ridders. Zo leren kinderen spelenderwijs welk gedrag bij welke rol hoort. Het rolmodel van de ouders is hierbij belangrijk: peuters identificeren zich met hun verzorgers en doen hen graag na.

Het verder ontdekken van de wereld roept veel vragen op en kan soms beangstigend zijn voor jonge kinderen. Angstige gevoelens ontstaan dan ook vaak. Het is niet ongebruikelijk als een peuter bijvoorbeeld bang is voor wolven en deze uit de slaapkamer moeten worden gejaagd. Peuters beginnen ook te redeneren, leren het begrip 'wij' en kunnen steeds beter delen. Ze beginnen in te schatten hoe de omgeving op hun gedrag zal reageren en zijn daardoor steeds beter in staat hun omgeving te manipuleren. Ze weten bijvoorbeeld dat mama of papa hen troost bij huilen, of kunnen een vertederend gezichtje trekken om een koekje van opa of oma te krijgen.

Toch kan het gedrag van de peuter in deze fase soms lastig zijn voor ouders. Het krijsen of huilen wanneer het kind niet krijgt wat het wil, is voor veel ouders een herkenbaar fenomeen. Dit gedrag

ontstaat vaak doordat de gewenste sociale rol nog niet helemaal in overeenstemming is met de egocentrische behoeften van het kind.

Tegen het einde van het tweede levensjaar ontwikkelen peuters de eerste morele gevoelens, wat leidt tot een nieuwe fase van experimenteren: de koppigheidsfase. In deze periode kunnen peuters zich ineens verzetten tegen dingen die eerst heel normaal waren, zoals aankleden of tandenpoetsen. Dit maakt de koppigheidsfase bijzonder, omdat hier de strijd tussen 'ik' en 'jij' centraal staat. Omdat kinderen in deze fase vaak nog niet in staat zijn om hun gevoelens op een andere manier te uiten, kan boosheid een manier zijn om zichzelf duidelijk te maken.

Rond het vierde levensjaar kunnen kinderen beter omgaan met de verwachtingen van de omgeving. Ze kunnen zich op een sociaal aanvaardbare manier voor zichzelf opkomen, zich verbaal uiten en zich beter aanpassen aan onverwachte situaties. Kortom, het kind ontwikkelt zich steeds meer in overeenstemming met de gedragingen en verwachtingen van anderen, en er zijn belangrijke stappen gezet in de sociaal-emotionele ontwikkeling.

Basisschoolleeftijd

4 tot 5 jaar

- Je leren houden aan de regels.
- Leren omgaan met leeftijdsgenootjes.
- Jezelf leren verzorgen.
- Dingen zelfstandig kunnen doen.
- Zelf dingen proberen op te lossen.

Je leren houden aan de regels

In deze fase wordt het voor kinderen steeds belangrijker om regels te begrijpen en zich eraan te houden. Ze beginnen te begrijpen waarom regels nodig zijn, zoals 'niet schoppen' of 'je speelgoed delen'. Dit is ook het moment waarop ze leren dat er consequenties verbonden zijn aan hun gedrag. Dit betekent niet altijd dat ze de regels zondermeer volgen, maar ze beginnen wel te begrijpen waarom regels belangrijk zijn voor zowel henzelf als anderen. Dit bevordert niet alleen sociaal gedrag, maar ook hun zelfdiscipline en het respect voor anderen.

Leren omgaan met leeftijdsgenootjes

Kinderen van 4 tot 5 jaar zijn vaak veel meer bezig met het zoeken naar vriendschappen en spelen samen met andere kinderen. Ze leren de basisprincipes van sociaal gedrag, zoals beurt nemen, delen en samenwerken. Dit is de leeftijd waarop ze beginnen te begrijpen dat anderen ook hun eigen wensen, gevoelens en meningen hebben, wat belangrijk is voor empathie en het ontwikkelen van gezonde relaties. Het kind kan bijvoorbeeld merken dat het leuker is om samen te spelen dan alleen, en leert hoe het conflictsituaties met vrienden kan oplossen, bijvoorbeeld door samen te overleggen.

Jezelf leren verzorgen

Op deze leeftijd beginnen kinderen steeds meer verantwoordelijkheid voor zichzelf te nemen. Ze leren basisvaardigheden in zelfzorg, zoals hun handen wassen, hun neus snuiten, tanden poetsen en zelf aankleden. Ze kunnen ook beginnen met eenvoudige taken zoals het opbergen van hun speelgoed of hun bord aan de tafel zetten. Deze zelfzorgvaardigheden helpen het kind niet alleen om meer zelfstandig te worden, maar geven hen ook een gevoel van trots en zelfvertrouwen. Ze ontwikkelen de capaciteit om voor zichzelf te zorgen, al hebben ze nog steeds af en toe hulp nodig.

Dingen zelfstandig kunnen doen

Het zelfstandig uitvoeren van eenvoudige taken is een belangrijk aspect van de ontwikkeling van een 4- tot 5-jarig kind. Dit kan variëren van het zelfstandig uitkleden, een taak in het huis doen (zoals hun schoenen aan- en uittrekken), tot het maken van keuzes, zoals het kiezen van wat ze willen eten of

wat ze willen dragen. Dit soort zelfstandigheid bevordert hun zelfvertrouwen, helpt hen probleemoplossend te denken, en leert hen verantwoordelijkheid te nemen voor hun eigen acties. Ook het gevoel dat ze controle hebben over bepaalde aspecten van hun leven draagt bij aan hun gevoel van autonomie.

Zelf dingen proberen op te lossen

Kinderen van deze leeftijd beginnen actief te experimenteren met het oplossen van problemen. Als ze bijvoorbeeld een blokkentoren bouwen die omvalt, zullen ze proberen de toren opnieuw op te bouwen. Ze gaan leren hoe ze kleine problemen in hun omgeving kunnen aanpakken zonder meteen hulp van volwassenen in te roepen. Dit kan zowel in hun spel als in sociale interacties gebeuren. Bijvoorbeeld, als twee kinderen ruzie maken over een speeltje, kan een 4- of 5-jarige beginnen na te denken over een manier om dit conflict op te lossen, bijvoorbeeld door het speelgoed te delen of een beurt te nemen. Het ontwikkelen van deze probleemoplossende vaardigheden is essentieel voor hun emotionele groei en hun vermogen om met uitdagingen om te gaan.

In het algemeen draait deze fase om het opbouwen van zelfvertrouwen, het ontwikkelen van sociale vaardigheden en het verbeteren van de zelfstandigheid. Kinderen beginnen meer te begrijpen van de wereld om hen heen en leren zowel sociaal als praktisch meer verantwoordelijkheid te dragen.

6 tot 11 jaar

- Vergroten van je zelfstandigheid t.o.v. ouders.
- Herkennen en bijsturen van emoties (gevoelens leren reguleren).
- School (plannen, huiswerk maken, deelname in de lessen, etc)
- Nemen van deelverantwoordelijkheden thuis (klusjes doen).
- Relaties met leeftijdsgenoten
- Om leren gaan met vervoer, geld, vrije tijd, digitale wereld
- Je verplaatsen in anderen
- Veiligheid en gezondheid

Vergroten van je zelfstandigheid t.o.v. ouders

In deze fase nemen kinderen grotere stappen in het ontwikkelen van zelfstandigheid, vooral ten opzichte van hun ouders. Ze willen meer dingen zelf doen, zoals alleen naar school gaan, zelf beslissingen maken over wat ze dragen of hun eigen spullen opruimen. Dit vergroot niet alleen hun zelfvertrouwen, maar helpt hen ook om verantwoordelijkheid voor hun eigen leven te nemen. Hoewel ze nog steeds steun nodig hebben, willen ze meer autonomie en gaan ze zich losser maken van hun ouders, wat een belangrijk onderdeel is van hun groei naar volwassenheid.

Herkennen en bijsturen van emoties (gevoelens leren reguleren)

Een van de belangrijkste ontwikkelingsaspecten in deze periode is het leren herkennen en reguleren van emoties. Kinderen leren dat het oké is om emoties zoals boosheid of verdriet te ervaren, maar ze beginnen ook te begrijpen hoe ze deze gevoelens op een gepaste manier kunnen uiten en beheersen. Dit betekent bijvoorbeeld dat ze leren niet te schreeuwen of te slaan als ze boos zijn, maar te praten over hun gevoelens of een rustig moment nemen om tot zichzelf te komen. Het ontwikkelen van deze emotionele regulatie helpt kinderen om beter met sociale situaties om te gaan en conflicten te vermijden.

School (plannen, huiswerk maken, deelname in de lessen, etc.)

Op school beginnen kinderen verantwoordelijker te worden voor hun eigen leerproces. Ze leren plannen, huiswerk maken en deelnemen aan lessen. Het ontwikkelen van studievoordigheden, zoals het indelen van tijd voor huiswerk en het stellen van prioriteiten, speelt een grote rol. Dit helpt niet

alleen bij de schoolresultaten, maar ook bij het ontwikkelen van discipline en focus. Kinderen beginnen in deze periode ook beter te begrijpen wat ze zelf nodig hebben om succesvol te zijn op school, en leren vaak om hulp te vragen wanneer ze iets niet begrijpen.

Nemen van deelverantwoordelijkheden thuis (klusjes doen)

Kinderen van 6 tot 11 jaar krijgen steeds meer verantwoordelijkheden in het huishouden. Ze leren eenvoudige taken, zoals de tafel dekken, hun bed opmaken, hun kamer opruimen, of helpen met koken of boodschappen doen. Dit vergroot niet alleen hun zelfstandigheid, maar ook hun gevoel van bijdragen aan het gezin. Het krijgen van verantwoordelijkheden binnen het gezin leert kinderen hoe belangrijk het is om een rol te spelen in de gemeenschappelijke taken, en het versterkt hun gevoel van eigenwaarde.

Relaties met leeftijdsgenoten

De vriendschappen en relaties met leeftijdsgenoten worden steeds belangrijker in deze fase. Kinderen leren de waarde van vriendschap, het omgaan met conflicten, het delen van dingen, en samenwerken in groepssituaties. Ze ontwikkelen een sterkere behoefte om erbij te horen en vinden steeds meer sociale aansluiting bij hun leeftijdsgenoten. In deze periode leren ze ook meer over sociale normen en hoe ze zich kunnen aanpassen aan verschillende situaties, wat bijdraagt aan hun sociale vaardigheden en het omgaan met anderen.

Om leren gaan met vervoer, geld, vrije tijd, digitale wereld

Kinderen in deze leeftijdsgroep beginnen steeds meer onafhankelijk te worden in hun dagelijks leven. Ze leren bijvoorbeeld hoe ze zich zelfstandig kunnen verplaatsen, bijvoorbeeld door met de fiets naar school te gaan of te voet naar een vriend te lopen. Ze beginnen ook meer verantwoordelijkheden te krijgen op het gebied van geld (bijvoorbeeld het ontvangen van zakgeld en leren omgaan met geld). Ook leren ze hoe ze vrije tijd kunnen indelen, en hun interesses kunnen ontwikkelen. De digitale wereld wordt steeds groter: ze leren omgaan met technologie, zoals computers, internet, en social media. Het is belangrijk dat ze leren wat veilig gedrag online is en hoe ze verantwoord kunnen omgaan met digitale middelen.

Je verplaatsen in anderen

In deze periode ontwikkelen kinderen steeds meer empathie. Ze leren zich in te leven in de gevoelens van anderen, wat essentieel is voor het ontwikkelen van sterke sociale relaties. Ze beginnen te begrijpen dat niet iedereen hetzelfde denkt of voelt als zichzelf, en dat mensen verschillende perspectieven hebben. Dit vermogen om zich in anderen te verplaatsen helpt kinderen om conflicten op te lossen, vriendschappen te verdiepen en samen te werken in verschillende situaties.

Veiligheid en gezondheid

Kinderen van 6 tot 11 jaar worden steeds meer bewust van hun eigen gezondheid en veiligheid. Ze leren bijvoorbeeld het belang van gezonde voeding, lichaamsbeweging en hygiëne. Ze begrijpen ook de gevaren van bijvoorbeeld verkeer, onveilig gedrag en mogelijke risico's van online gedrag. In deze fase leren ze de basisprincipes van veilig gedrag, zoals het dragen van een fietshelm, het volgen van verkeersregels, en hoe ze zichzelf kunnen beschermen in gevaarlijke situaties. Dit draagt bij aan hun zelfredzaamheid en het ontwikkelen van een gezond en veilig zelfbeeld.

Samengevat is deze periode een cruciale tijd voor de sociaal-emotionele en cognitieve ontwikkeling van een kind. Ze leren zowel in hun sociale interacties als in praktische zaken steeds meer verantwoordelijkheid nemen, zich zelfstandig gedragen en zich bewust worden van hun eigen gevoelens en die van anderen. Dit legt de basis voor hun verdere groei in de adolescentie en volwassenheid.

Middelbare school leeftijd

12 tot 17 jaar:

- Positie ten opzichte van de ouders:
minder afhankelijk worden van de ouders en het bepalen van een eigen plaats binnen de veranderende relaties in het gezin en de familie.
- Onderwijs of werk:
kennis en vaardigheden opdoen om later een beroep te kunnen uitoefenen en een keuze maken ten aanzien van werk.
- Vrije tijd:
ondernemen van activiteiten in de vrije tijd en het zinvol doorbrengen van de tijd waarin er geen verplichtingen zijn.
- Eigen woonsituatie:
zorgdragen voor eigen kamer en spullen, omgaan met je huisgenoten.
- Autoriteit en instanties:
accepteren dat er instanties en personen boven je gesteld zijn, binnen geldende regels en codes opkomen voor eigen belang.
- Gezondheid en uiterlijk:
zorgen voor goede voeding en een goede lichamelijke conditie, een uiterlijk waar je je prettig bij voelt en het inschatten en vermijden van risico's.
- Sociale contacten en vriendschappen:
contacten leggen en onderhouden, oog hebben voor wat contacten met anderen kunnen opleveren, je openstellen voor vriendschap, vertrouwen geven en nemen, wederzijdse acceptatie.
- Sociale media en internet:
smartphone en computer gebruiken, informatie vinden en delen, informatie en berichten wege, onderscheid tussen de virtuele en de reële werkelijkheid maken, gevaren onderkennen.
- Intimiteit en seksualiteit:
seksualiteit integreren in je persoonlijkheid, ontdekken wat mogelijkheden, wensen en grenzen zijn in intieme en seksuele relaties bij jezelf en bij anderen zijn.
- Bij cultuurverschillen:
normen van verschillende culturen kennen, inschatten welke vaardigheden in welke culturele context passend zijn

Vaardigheden die een kind leert

(bron: 'Het hoogstimulatieve kind' van Gerarda van der Veen, uitgeverij 248 Media)

Gedurende het opgroeien oefenen kinderen met het ontwikkelen van vaardigheden, om zo uiteindelijk evenwichtige volwassenen te worden:

➔ **Taalvaardigheid**

Taalvaardigheid gaat over woorden kunnen geven aan wat je voelt, denkt en wilt.

➔ **Sociale vaardigheden**

Hoe ga ik om met de ander, wat is sociaal aanvaard en wat niet. Op welke manier geef ik mijn grenzen aan en hoe respecteer ik die van de ander. Met name wanneer oplopende emoties hier een rol bij spelen.

➔ **Executieve vaardigheden**

Vaardigheden die ons helpen om ons gedrag aan te sturen en controle op uit te oefenen. Er zijn meer executieve vaardigheden, maar hier bespreken we alleen diegene die van invloed zijn op het emotioneel bepaalde gedrag.

- **Werkgeheugen**

Onthouden wat er gezegd is, om dit vervolgens toe te kunnen passen. Zodra de aandacht verschuift laat het werkgeheugen de informatie over het eerdere onderwerp los zodat er ruimte komt voor informatie over het nieuwe onderwerp. Dit om overbelasting te voorkomen.

- **Inhibitie**

De vaardigheid hebben om prikkels te kunnen reguleren. Controle hebben over impulsen, zodat de concentratie langer vastgehouden kan worden en je kunt voldoen aan wat er van je wordt gevraagd.

- **Schakelen**

De vaardigheid om te kunnen wisselen van de ene taak, omgeving, omstandigheid of oplossing naar een volgende. Het aanpassingsvermogen en de manier waarop je omgaat met feedback en tegenslag.

- **Planning**

De vaardigheid om vooruit te kijken wat er nodig is om je taak uit te voeren, de situatie overzien.

De vaardigheden functioneren als een geheel en hebben daarmee dus ook grote invloed op elkaar. Wanneer er 1 vaardigheid blokkeert volgt de rest vaak als in een domino effect.

Thuisoefening na module 1

Welke ontwikkelingsfases heeft je kind goed doorlopen en welke zit het nu nog in?

Doorlopen fases:

Fases waar het nu in zit:

Onderzoek 2 situaties waarin je kind vast liep in zijn vaardigheden.

Wat gebeurde er?

Op welke vaardigheden liep mijn kind vast?

Met welke vaardigheid begon het?

Wat gebeurde er?

Op welke vaardigheden liep mijn kind vast?

Met welke vaardigheid begon het?
