

Peuterpuberteit

Informatie en tips



HET CJG DENKT MEE

SAMEN OPGRTOELEN



Als je kind ongeveer 1,5 jaar oud is, gebeurt er veel in zijn of haar ontwikkeling. We noemen deze periode ook wel de 'peuterpuberteit'. Als je weet hoe je het beste met je peuter om kunt gaan en weet wat hij of zij nodig heeft, gaat de opvoeding van je kind makkelijker. In deze folder vind je tips.

Een eigen wil

Je kind ontdekt op deze leeftijd dat hij of zij een eigen wil heeft. Je peuter ontdekt dat hij geen deel van iemand is, maar een eigen persoon. Je peuter zal zijn of haar eigen willetje op allerlei manieren uittesten en ermee oefenen. Bijvoorbeeld door op zoek te gaan naar grenzen. Dit doet je kind in de omgeving waar hij of zij zich het meest veilig voelt: bij jou, bij zijn papa en/of mama. Het is positief dat je peuter dat durft te doen bij de mensen die hij of zij het liefst vindt en waar hij nog niet zonder kan.

Als je peuter zich vaak lastig gedraagt, kan dat het beeld dat je van je kind hebt negatief veranderen. Probeer vooral te kijken naar de dingen die goed gaan. Een kind dat drie keer achter elkaar niet luistert, lijkt op een kind dat nooit luistert. Terwijl hij of zij die dag misschien vijftien keer wél geluisterd heeft.

Scheidingsangst

Door de ontwikkeling van de eigen wil kan je peuter last krijgen van scheidingsangst. Een eigen ik, meer zelfstandigheid, zelf kunnen lopen en ook weg kunnen lopen kunnen je peuter het gevoel geven dat hij of zij verlaten is. Op www.cjgcapelle.nl vind je meer informatie over scheidingsangst.

OP ELKE VRAAG EEN ANTWOORD



Zelf doen en driftbuien

Je kind gaat uitproberen wat hij of zij allemaal zelf kan. "Zelf doen!" of "Van mij!" heb je je kind vast al eens horen zeggen. Je kind wil net zo behandeld worden als andere kinderen.

Je peuter begrijpt op deze leeftijd vaak al veel, maar kan nog niet goed zeggen dat hij of zij het ergens niet mee eens is. Dat is erg frustrerend voor je kind. Hij of zij probeert op andere manieren te vertellen wat er is, bijvoorbeeld door te gillen, huilen, op de grond te gaan liggen, slaan of knijpen. Je peuter kan ook een driftbui krijgen.

Je kind mag boos zijn, wat de reden daarvoor ook is. Negeer de gevoelens van je peuter niet en lach hem of haar ook niet uit. Vertel je kind welke emotie je bij hem of haar ziet. Bijvoorbeeld: "Ik zie dat je boos bent, dat mag ook, maar..."

Omgaan met driftbuien

Soms is het goed om je peuter tijdens een driftbui even te laten 'uitrazen'. Je peuter mag boos zijn en emoties laten zien. Soms kan je je kind even oppakken en vasthouden, maar het kan ook helpen het gedrag van je peuter te negeren. Kijk naar je kind en bedenk wat hij of zij nodig heeft. Op www.cjgcapelle.nl vind je meer tips voor het omgaan met driftbuien.

Ik, ik, ik

Een peuter in de peuterpuberteit denkt vaak dat de wereld om hem of haar draait. Dit maakt het lastig om rekening te houden met gevoelens van anderen. Je kind doet dingen die niet mogen. Dat doet je kind niet om te pesten, maar om uit te proberen en grenzen op te zoeken. Ook kan een peuter dingen nog niet zo lang onthouden. Om te weten of iets wel of niet



mag, moet je peuter bepaalde woorden kennen en die kunnen onthouden. Veel praten, regels uitleggen en steeds weer herhalen is dus belangrijk.

Een eigen wereld

Je peuter ziet geen gevaar, alles is leuk en aantrekkelijk. Het leven is één groot feest, een ontdekkingstocht met heel veel mogelijkheden. Je peuter leeft in een eigen wereld en er dringt weinig door van wat je zegt. Ga dichtbij genoeg staan zodat je kind je goed kan horen, maak oogcontact en maak gebruik van lichaamstaal (raak je peuter bijvoorbeeld even aan).

Fantasie

Een peuter is veel bezig met fantasie. Dat noemen we magisch denken. Dat betekent dat je peuter dingen ziet die er niet zijn, bijvoorbeeld monsters onder het bed. De grote knuffel die op de kast staat, kan in het donker iets heel anders zijn voor je peuter. Je kind kan nog niet logisch denken en kijkt dus anders naar de wereld. Peuters geloven dingen ook precies zoals je ze zegt. Als je tegen je kind zegt dat je hem of haar wel kunt opeten, dan denkt je peuter dat het ook écht kan gebeuren.

Regels en grenzen

Het is belangrijk dat je je kind veiligheid en duidelijkheid geeft door regels te hebben en grenzen te stellen. Zo weet je peuter wat er van hem of haar wordt verwacht en kan hij of zij dingen uitproberen. De regels moeten passen bij de situatie, de leeftijd van je kind en het karakter van je kind. Grenzen stellen doe je wanneer je peuter zich niet aan de regels houdt. Het is heel belangrijk om hierbij consequent te zijn. Dat betekent: ja is ja, en nee is nee! Het is ook belangrijk dat jij en je partner hier hetzelfde over denken. Wat van jou niet mag, mag van je partner ook niet.



HET KIND DENKT MEE



Gewoontes

Gewoontes kunnen helpen bij regels en grenzen. Bijvoorbeeld: naar bed gaan is niet leuk en afscheid nemen is moeilijk. Met een vaste gewoonte voor het slapen, weet je peuter wat er gaat gebeuren.

Duidelijkheid geven

Als volwassene heb je de dag vaak al gepland: je weet bijvoorbeeld al wanneer je boodschappen wilt gaan doen. Je peuter weet dat niet. Het helpt als je vooraf vertelt wat er gaat gebeuren. Dat geeft veel duidelijkheid en rust voor je peuter. Zo kan je dat bijvoorbeeld doen: "Over vijf minuten gaan we opruimen, want we gaan boodschappen doen." Je peuter begrijpt nog niet wat vijf minuten zijn. Om daarbij te helpen, kan je een wekker zetten op je telefoon. "Als de wekker gaat, dan gaan we opruimen."

Moeilijke dingen horen erbij

Bij de ontwikkeling van je peuter horen ook moeilijke dingen. Daar leert je kind van. Probeer je peuter niet te verwennen. Geef je kind de kans om ervaringen op te doen en zelfstandiger te worden.

Positieve aandacht

Door je kind positieve aandacht te geven, moedig je hem of haar aan om zich positief te gedragen. Dat is goed voor de ontwikkeling en het zelfvertrouwen van je kind.

Bijvoorbeeld: je kind probeert zich alvast uit te kleden. Je reageert enthousiast en zegt dat je trots bent. Je kind krijgt aandacht van jou en een trots gevoel. Hij of zij zal het een volgende keer weer proberen.



ALTIJD IN DE BUURT

Nadoen

Je peuter leert veel door dingen na te doen. Het is voor je kind nog lastig te begrijpen dat er voor zijn of haar ouders andere regels zijn dan voor hem of haar. Voorbeelden:

- Er is 's avonds visite en het is gezellig. Het voelt voor je kind niet eerlijk dat hij of zij naar bed moet, want papa/mama doet dat toch ook niet?
- Je peuter moet alleen slapen en jij en je partner liggen samen in bed. Ook dat voelt niet eerlijk, zeker wanneer er enge beesten onder het bed liggen en je liever niet alleen bent.
- "Mama mag zelf opscheppen, maar ik niet. Dan moet ik ook nog alles opeten, ook al wil ik helemaal niet eten of lust ik het niet!"
- "Als papa nee zegt, dan is het nee. Als ik nee zeg, moet ik het toch doen. Dat is niet eerlijk."
- "Mama eet 's ochtends staand in de keuken aan het aanrecht een cracker, maar ik moet zittend aan tafel een hele boterham opeten terwijl ik de droge hap brood niet door mijn keel krijg. Niet te snappen."

Nee

Je peuter leert wat 'nee' is. Eerst is 'nee' een magisch woord. Als je 'nee' zegt, gebeuren er allerlei leuke dingen. Er wordt bijvoorbeeld van alles geprobeerd om je over te halen toch te eten. En als je je mond helemaal dichthoudt, hoef je misschien alleen maar het lekkere toetje te eten of krijg je een boterham in plaats van die vieze aardappelen. Volwassenen gaan ook interessante dingen doen als je 'nee' zegt. Ze worden boos, kunnen gaan schreeuwen, aan je gaan zitten of worden verdrietig. 'Nee' is dus een woord waar peuters dingen mee kunnen uittesten.



Het woord 'nee' geeft ook een eigen mening. Als je goed nee kunt zeggen als volwassene, sta je sterk in je schoenen. Je wilt je kind leren om een eigen mening te hebben, zelfstandig te worden en voor zichzelf op te komen. Je kunt je kind al vroeg leren wat 'nee' is en hoe hij of zij daarmee om kan gaan. 'Nee' zeggen mag, ook al ben je nog klein. Maar het betekent niet dat je altijd je zin krijgt.

Eigen keuzes maken

Iedereen mag kiezen, dus je peuter wil dat ook. Je kunt je kind al vroeg leren kiezen, bijvoorbeeld door je peuter te laten kiezen welk shirt hij of zij vandaag aan wil. Maak de keuzes niet te lastig. Een keuze uit twee dingen is al best moeilijk voor je kind, een keuze uit vijf is al te veel. Je kunt als ouder sturen en grenzen aangeven, maar je kind ook het gevoel geven dat hij of zij zelf gekozen heeft.

Let op met het geven van een keuze als je kind eigenlijk geen keuze heeft. Bijvoorbeeld als je vraagt of je kind mee gaat boodschappen doen, terwijl de boodschappen gewoon gedaan moeten worden. Als je een vraag stelt, kan je kind nee zeggen. Bedenk dus goed wanneer je iets vraagt of zegt.

Heb je na het lezen van deze folder nog vragen?

Je bent van harte welkom bij het CJG. Kom bijvoorbeeld langs bij een inloopspreekuur of bel naar de advieslijn.

Kijk op www.cjgcapelle.nl/contact voor meer informatie.





SAMEN ZOEKEN
NAAR EEN OPLOSSING



De Linie 8
2905 AX Capelle aan den IJssel
010 - 24 23 200

info@cjgcapelle.nl
www.cjgcapelle.nl