

# Peutertijd

Op ontdekkingstocht met je kind



Vanaf anderhalf jaar maken kinderen een snelle groei en ontwikkeling door. Het is een belangrijke fase in hun leven waarin ze de wereld willen gaan ontdekken en een eigen persoonlijkheid, 'de eigen wil', ontwikkelen. De peutertijd!



**GGD**  
Gooi en Vechtstreek



# De peutertijd

Voor jou als ouder betekent de peutertijd ook een grote verandering. In het eerste jaar is de omgang met je kind vooral gericht op je kind leren kennen, verzorgen, beschermen en contact maken. Maar je kind vraagt nu iets anders van je: steunen, sturen en stimuleren. Hij heeft het nodig dat jij hem de ruimte geeft om de wereld te verkennen. En dat betekent ook loslaten. Loslaten en tegelijk de veiligheid bieden dat jij er bent als hij hulp of troost nodig heeft. Dat kan soms best lastig zijn.

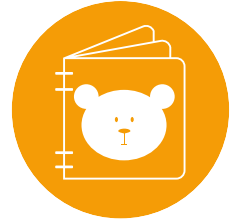
Het is een hele kunst om heel goed aan te voelen wat je peuter nodig heeft. Het is handig om te weten hoe een peuter denkt en voelt. Dit kan je helpen om beter aan te sluiten en hem te steunen, maar ook begrenzen.

## Hoe denkt een peuter?

- Een peuter denkt vanuit zichzelf. Hij kan zich nog helemaal niet verplaatsen in gedachten of gevoelens van een ander. We noemen dit ook wel: egocentrisch.
- Peuters kunnen nog niet samenspelen en samen delen met een ander. Ze houden wel van gezelschap en spelen het liefst bij anderen in de buurt.
- Een peuter denkt concreet en in het hier-en-nu. Straks of morgen is nog lastig te begrijpen. Het besef van tijd komt geleidelijk.
- De concentratie van peuters is nog maar heel kort. Ze zijn snel afgeleid.
- Er is nog geen besef van wat wel en niet mag. Dingen die peuters niet mogen doen ze telkens weer opnieuw. Dit lijkt ongehoorzaam gedrag. Als ouder kun je het gevoel krijgen dat je kind niet luistert naar wat je hebt gezegd. Maar peuters kunnen dit nog helemaal niet. Ze hebben zelf nog geen besef van regels. Dat moet zich nog ontwikkelen. Voor hen geldt een verbod alleen als vader, moeder of leid(st)er in de buurt is.
- Het denken van peuters wordt wel 'magisch denken' genoemd. Allerlei dingen die ze in hun fantasie beleven, zijn voor hen even echt als de werkelijkheid.

Het opvoeden van je peuter is een uitdagende en intensieve taak, maar als je hem beter begrijpt zal dit wel gemakkelijker gaan.

De ontwikkeling van je peuter gaat snel. Het is bijzonder om te zien en te horen hoe snel de woordenschat zich uitbreidt. Hierdoor gaat je peuter steeds meer dingen begrijpen. Peuters genieten van taal. Praten met je peuter, liedjes zingen en boekjes bekijken stimuleren de taalontwikkeling. Geleidelijk aan wordt de taal steeds beter en daarmee wordt taal steeds meer bruikbaar in het omgaan met elkaar.



# Wat is belangrijk voor je peuter?

Vanaf gemiddeld 1,5 jaar ontdekt je peuter dat hij een eigen persoon is. Hij is een eigen individu en niet een deel van iemand. Hij ontdekt dat hij zelf iets kan willen of doen: "Ikke zelf doen" klinkt vast bekend in de oren, evenals "van mij". En je peuter ontdekt dat hij "NEE" kan zeggen als je hem iets vraagt.



Je peuter wil aan de ene kant groot zijn: alles zelf doen, voortdurend zijn onafhankelijkheid bewijzen. Maar aan de andere kant voelen peuters zich vaak klein. Ze vinden alle nieuwe ervaringen overweldigend. Ze zijn regelmatig bang en verlegen. Vooral als mama of papa niet in de buurt is. Ze kruipen soms veilig weg als er vreemde mensen op bezoek komen.

Peuters gaan op allerlei manieren op ontdekking en verkenning. Ze gaan uittesten hoe iets werkt, gaan grenzen verkennen. Je peuter doet dit bij voorkeur in situaties waar hij zich het meest veilig voelt. En dat is vaak bij papa of mama. Dit is soms lastig om te ervaren, maar het is juist positief dat je peuter zich bij jou durft af te zetten en uit te proberen. Omdat hij zich bij jou daarin veilig genoeg voelt om dit te doen.

Het is belangrijk dat je peuter zichzelf gaat ervaren als iemand die de moeite waard is, iemand die zelf dingen kan. Je peuter ontwikkelt daardoor zelfvertrouwen. Het is ook belangrijk dat hij weet dat hij terug kan vallen op anderen als hij dat nodig heeft. Hij ontwikkelt hierdoor vertrouwen in anderen. Zelfvertrouwen en vertrouwen in anderen vormen de basis voor een goed zelfbeeld.

## **Grenzen**

In het ontwikkelingsproces van je peuter stuit hij op verschillende grenzen. Aan de ene kant op grenzen in zichzelf. Hij is niet altijd in staat om dat wat hij wil ook al te doen of te kunnen. Soms schiet zijn motorische ontwikkeling nog te kort. Soms heeft hij nog niet de juiste woorden om uit te leggen wat hij wil of speelt moeheid hem parten.



Aan de andere kant stuit je peuter op grenzen die door de omgeving zijn aangebracht. Ze mogen veel dingen niet omdat dat bijvoorbeeld nog te gevaarlijk is. Deze grenzen kunnen een peuter behoorlijk frustreren, ook omdat ze het vaak zelf nog niet kunnen begrijpen. Deze frustraties uiten peuters verschillend, maar veel peuters kunnen zich helemaal laten gaan in driftbuien. Door hun beperkte woordenschat en hun beperkte mogelijkheden om situaties in de juiste proporties te plaatsen zijn driftbuien vaak heftig en erg zwart/wit.

## **Omgaan met driftbuien**

Je peuter begrijpt al veel, maar hij heeft vaak nog niet voldoende taal om duidelijk te maken dat hij het ergens niet mee eens is. Hij kan ook nog niet met woorden aangeven hoe hij zich voelt maar wordt wel overspoeld met emoties. Je peuter uit dit bijvoorbeeld door te gillen en huilen, op de grond te gaan liggen, slaan of knijpen.

Een driftbui! Soms is het goed om je peuter tijdens een driftbui even te laten uitzazen door hem te negeren. Bij anderen werkt het beter door hem even op te pakken en vast te houden. Kijk naar je kind en bedenk wat hij wil of bedoelt. Vervolgens kun je benoemen wat je denkt dat er aan de hand is. Zit je goed dan voelt je peuter zich begrepen en dit kan helpen om te kalmeren. Vervolgens vertel je rustig waarom het niet kan wat hij wil. Probeer hem af te leiden. Biedt hem een alternatief aan wat hij wel mag doen. Zeg niet dat hij stout is of niet lief, maar benoem het gedrag dat je niet goed vindt.

Een driftbui kan soms best (heel) lang duren. Het is dan erg moeilijk als ouder om niet boos te reageren. Maar door zelf rustig blijven help jij je peuter om ook rustig te worden. De boosheid van je kind is niet tegen jou gericht maar tegen een situatie.

## **Intense gevoelens**

Peuters kunnen heel vrolijk en ook heel boos zijn. Ze zijn ook wel eens jaloers als een ander aandacht krijgt en zij niet. Peuters kunnen ook ineens bang worden voor allerlei nieuwe dingen die ze nog niet kunnen plaatsen, bijvoorbeeld een loeiende sirene of een grote hond die tegen ze opspringt.

Je peuter kan nu ook de angst voelen dat hij, als hij papa of mama niet ziet, je kwijt kan raken. Dit noemen we scheidingsangst.

Peuters zijn soms boos of bang voor dingen die heel klein of onbelangrijk lijken voor anderen. Het is belangrijk om de gevoelens van je peuter te erkennen, ook al vind jij het nogal overdreven of niet nodig. Je kind heeft het recht om boos te zijn en mag daar ook in bevestigd worden, ongeacht de reden tot boosheid. Loop niet over de gevoelens heen en lach je kind niet uit.

Ook hier kan je hem helpen door woorden te geven aan wat hij wil of voelt: "Ik zie dat je boos bent, dat mag ook, maar je mag een ander geen pijn doen". Je erkent zijn gevoelens en je stelt grenzen aan zijn gedrag.

Het gedrag van je peuter kan lastig zijn voor oudere broertjes en zusjes. Ze begrijpen zijn gedrag vaak niet, vinden het niet eerlijk. Zij kunnen zich nog niet zo goed inleven in de denkwereld van een peuter en daarmee rekening houden. Dus is er regelmatig ruzie. Ruzies zijn vervelend, maar het gebeurt overal.



# Voorspelbaarheid en regelmaat



Peuters hebben behoefte aan structuur, rust en regelmaat. Rituelen kunnen hierbij helpen. Naar bed gaan is niet leuk en afscheid nemen is moeilijk. Met een vast ritueel voor het slapen gaan weet je peuter waar hij aan toe is.

Als volwassene heb je de dag vaak al van tevoren gepland. Je weet bijvoorbeeld al wanneer je boodschappen wilt gaan doen. Je peuter weet dat niet en wordt ermee overvallen. Het helpt als je vooraf vertelt wat er die dag gaat gebeuren. Dat geeft duidelijkheid en daarmee creëer je rust voor je peuter.

## Regels

Het is belangrijk om veiligheid te bieden door middel van regels en grenzen. Regels en grenzen geven duidelijkheid. Je peuter weet daardoor waar hij aan toe is. En hij kan daardoor ook dingen gaan uitproberen. Een peuter kan dingen nog niet zo lang onthouden. Daarom is het nodig dat je de regels en grenzen vaak herhaalt en steeds weer uitlegt. Ook al heb je dat al eerder gedaan.

Regels moeten wel passen bij de situatie en de leeftijd van je kind. En ook bij het karakter en temperament van je kind. Sommige kinderen hebben meer regels nodig dan anderen. Grenzen stellen hoort bij het hebben van regels. Grenzen stellen doe je wanneer je peuter zich niet aan de regels houdt. Het is belangrijk om consequent te zijn. "Ja is ja" en "nee is nee". En wat van papa niet mag, mag ook niet van mama. Dat geeft duidelijkheid voor je kind. Zo leert hij de regels het snelst.



# Een eigen wereld

Je peuter kan nog niet inzien wat gevaarlijk is of niet. Alles is leuk en aantrekkelijk. Het leven is een ontdekkingsstocht met onbegrensde mogelijkheden. Je peuter leeft sterk in een eigen wereld. Er dringt niet altijd door wat je tegen hem zegt. Zorg daarom dat je eerst contact met je peuter maakt voor je iets zegt. Je kunt dit doen door zijn naam te noemen, hem aan te kijken of hem even aanraken. Houd er rekening mee dat je op korte afstand met hem praat (zoveel meters als de leeftijd van het kind).

Een peuter is veel bezig met fantasie. Dat noemen we magisch denken. Dat wil zeggen dat er dingen in zijn beleving kunnen gebeuren die in werkelijkheid niet kunnen. Bijvoorbeeld monsters onder het bed. De grote knuffel die op de kast staat, kan in de beleving van je peuter in het donker iets heel anders zijn. Je kind kan nog niet rationeel denken en kijkt dus anders tegen de wereld aan. Kinderen in de peuterleeftijd nemen woorden ook letterlijk. Als je tegen een peuter zegt dat je hem wel kunt opeten, dan denkt hij dat het ook echt kan gebeuren.





# Samen plezier hebben

De peutertijd vraagt van ouders veel geduld, energie en veerkracht. Je kunt je soms machteloos voelen bij een driftbui, boos als hij weer iets doet wat niet mag, moe als hij weer met je wil spelen... Maar bedenk dan dat je peuter aan het ontdekken en volop aan het leren is. Kijk dan naar alle leuke dingen die hij doet en wat hij allemaal al geleerd heeft. Probeer veel plezier te maken. Samen knutselen, verhaaltjes lezen, leuke uitstapjes, samen knuffelen, samen verstoppertje spelen, bouwen met duplo, lekker kliederen in bad of in de zandbak... er is zoveel te beleven met je kind op ontdekkingstocht!

En je peuter vindt het fijn als hij hoort hoe veel jij van hem houdt.





## Meer informatie

Voor meer informatie kun je contact opnemen met team Jeugd en Gezin door een email te sturen naar [jeugd@ggdgv.nl](mailto:jeugd@ggdgv.nl).

### Contact

 [www.ggdgv.nl/jeugd](http://www.ggdgv.nl/jeugd) |  (035) 692 63 50 |  [jeugd@ggdgv.nl](mailto:jeugd@ggdgv.nl)

  @GGDGenV

September 2024



**GGD**  
Gooi en Vechtstreek

