

Peuterweetjes

Drie tot vier jaar



In deze editie van Peuterweetjes komt u meer te weten over kinderen tussen de drie en vier jaar. Uw peuter heeft al een eigen willetje en kan al veel zelf, zoals zelf de trap oplopen, met oma door de telefoon praten en misschien zelfs al op een driewieler fietsen.

In deze folder staat omschreven wat kinderen in deze leeftijdsfase al kunnen, wat ze doen en wat dat voor u als ouder kan betekenen. Ook komen suggesties en ideeën aan bod die u kunnen helpen bij het omgaan met uw kind op deze leeftijd. U leest meer over: spelen, 's nachts wakker, waarom? en lichaamsverzorging en u krijgt een aantal boekentips.

Veel plezier ermee!

Praten

Een 3 tot 4-jarig kind communiceert gemakkelijk en is in staat om te praten over een onderwerp zonder hulp van een volwassene. Tijdens deze periode leert het kind om toestemming te vragen, te plagen en over anderen te praten. Hij vindt het leuk om vrienden te maken en in een groep te spelen. Uw kind antwoordt op vragen als: 'Hoeveel jaar ben jij?' en is verstaanbaar voor onbekende mensen.

Wanneer uw kind 4 jaar is, is hij in staat om zelfstandig te communiceren met familie en vrienden. Uw kind vindt het fijn als hij als een volwassene wordt behandeld en als informatie met hem gedeeld wordt. Uw kind laten helpen met passende activiteiten (zoals de tafel dekken), samen lezen, versjes opzeggen en spelletjes spelen; al deze activiteiten zorgen ervoor dat de taalontwikkeling wordt gestimuleerd.

Uw kind begrijpt alledaagse gesprekken en verhalen en vragen als: 'Waarom huilt de baby?'. Uw kind vraagt ook steeds meer 'Waarom?'. Hij spreekt meer als een volwassene en maakt steeds langere zinnen, bijvoorbeeld 'Ik geef de pop eten, omdat ze huilt'. Uw kind begint zelf korte verhalen of gebeurtenissen te vertellen en vindt het leuk om nieuwe woorden te leren. Uw kind kan de meeste klanken maken en is meestal goed te begrijpen, zelfs voor onbekende mensen. Hij maakt nog 'fouten' (bijvoorbeeld: 'ik valte' in plaats van 'ik viel'), maar dat is niet erg. Het hoort bij de ontwikkeling.

Stotteren

Als een kind leert praten, struikelt het vaak nog over woorden. Dit verdwijnt meestal vanzelf als spraak en taal beter ontwikkeld zijn. Soms kan een kind er lang last van hebben en is het mogelijk om advies aan een logopediste te vragen. De logopedist beoordeelt dan of uw kind last heeft van stotteren.

Mocht uw kind stotteren, vraag uw huisarts dan om advies en om een verwijzing naar de logopediste. Wanneer uw kind stottert is het belangrijk hem de tijd te geven om te praten en hem zelf de woorden

af te maken. Als u praat met uw kind, praat dan rustig en langzaam en gebruik eenvoudige zinnen en woorden. Ga ook vooral in op wat uw kind zegt en niet hoe hij het zegt.

Spelen

Peuters kunnen helemaal op gaan in hun fantasie en hebben daar soms heel weinig speelgoed bij nodig. Uw peuter speelt graag na wat hij om zich heen ziet: net zoals u thee zetten, door te telefoon praten, boodschappen doen, schoonmaken enzovoort. Dit zal niet lang duren, want uw peuter is veel te nieuwsgierig en actief om lang met een spel bezig te zijn. Er zijn peuters die zoveel fantasie hebben, dat ze altijd wel iets weten te doen, maar er zijn ook peuters die een stimulans van volwassenen nodig hebben en op ideeën gebracht moeten worden. Wij als ouders/opvoeders vinden het lastig om een kind niets te zien doen en gaan oplossingen voor ze bedenken. Het is beter om uw kind even tot zichzelf te laten komen en zelf een oplossing te laten bedenken. Reikt u altijd iets aan, dan wordt er steeds vaker een beroep op u gedaan in plaats van dat uw kind zelf plannen ontwikkelt.

Het is van belang dat u begrijpt waar het ‘speelgedrag’ van uw peuter vandaan komt. Soms heeft uw kind meer uitdaging/nieuwe prikkels nodig en door teveel speelmogelijkheden kan uw kind rusteloos worden. Overzichtelijkheid, door bijvoorbeeld wat speelgoed weg te leggen, kan helpen.

Tips

- Geef uw peuter ruimte om tot spel te komen, zoals in een eigen speelplek in de kamer.
- Geef uw peuter een rustige omgeving zodat ze op hun eigen manier kunnen spelen zonder steeds gestoord te worden.
- De peuterleeftijd vraagt om veel bewegingsvrijheid om te klimmen, klauteren, rennen, fietsen enzovoort.
- Speelgoed heeft een grote speelwaarde, dat wil zeggen dat uw kind er lang plezier van heeft.
- Speelgoed moet passen bij de ontwikkeling van uw kind.
- Uw peuter heeft behoefte aan samenspel, zowel met de ouders/

opvoeders als met leeftijdgenootjes.

- Wissel speelgoed per ruimte driewekelijks af, bijvoorbeeld: een doos in de kamer, een doos in de slaapkamer en een doos in de kast.
- Spaar waardevol materiaal, zoals: lege melkpakken, boterdoosjes, wc rollen en ander verpakkingsmateriaal. Als u een doos vol heeft, kunt u deze aan uw kind aanbieden. Urenlang speelplezier gegarandeerd.
- Peuters vinden raad en verstopspelletjes heel leuk.

Gedrag

In de leeftijd tot 4 jaar zijn peuters erg 'ik'-gericht. Ze zijn druk bezig te ontdekken hoe groot en sterk ze zijn, wat ze al kunnen, hoe de dingen om hen heen heten en wat ze wel en niet mogen. Let maar eens op hoe vaak ze het over zichzelf hebben, bijvoorbeeld 'Papa, ik ga van de glijbaan' of 'Nee, ik wil op het fietsje'. Het is een belangrijke periode waarin uw kind spelenderwijs een beeld van zichzelf opbouwt, waarin hij vooral ontdekt wat hij zelf wil, wat hij al wel en wat hij niet kan.

Voorbeeld gedrag

Peuters leren door reacties op hun gedrag. Dat uw peuter de ene keer een berisping en de andere keer een compliment krijgt voor het gedrag, zorgt ervoor dat uw kind hiernaar gaat handelen. Heel geleidelijk neemt uw peuter regels die u meedeelt in zich op en zal zich deze gaan herinneren. Vaak zien we dat een peuter de regel voor zichzelf herhaalt en kijkt hoe u er op gaat reageren, zodat ze de regel kunnen plaatsen.

Peuters weten vaak wel wanneer ze iets fout hebben gedaan, maar kunnen daar nog net zo makkelijk iemand anders de schuld van geven. Of ze geven aan: 'Dat deed ik niet, maar mijn handen!'.

De normen die uw kind overneemt of spiegelt van u, de ouders/opvoeders, zullen stapsgewijs worden toegepast. In de meeste gevallen ziet uw peuter zelf nog niet in waarom bepaalde dingen moeten of niet mogen en is uw peuter is ook nog niet zo ver dat hij met meerdere dingen tegelijk rekening kan houden. U kunt als ouder/opvoeder

een duidelijke en stimulerende rol spelen in het leerproces. Hoe duidelijker u bent, hoe veiliger u de wereld voor uw peuter maakt. Vanaf lagere schoolleeftijd kunt u in het toepassen van de normen enige versoepeling en nuancering aanbrengen.

Waarom?

Driejarigen willen van alles het naadje van de kous weten. ‘Wat doe je nou?’, ‘Waarom is papa weg?’, ‘Waarom heb je een ketting om?’. Zoals wij vaak denken, vraagt uw peuter nu niet naar het waarom van de situatie. Uw kind stelt deze vragen omdat nog niet bekend is waarom van het een, het ander komt.

‘Daarom’ als antwoord geven is niet geschikt. Probeer liever een antwoord te geven dat net iets meer zegt dan wat uw peuter vraagt. Zodoende leert uw kind stapsgewijs alles om zich heen beter te begrijpen en ook te onthouden. Zorg dat u elke dag tijd en aandacht heeft om op vragen in te gaan, bijvoorbeeld als u samen koffie drinkt, op de fiets zit of als uw peuter in bad zit. Goede antwoorden stimuleren uw kind om de nieuwsgierigheid te bevredigen. Via u leert uw kind de wereld om zich heen kennen.

Tips

- Vertel waar u mee bezig bent. Als onderwerpen terug keren, leert uw kind er steeds meer te onthouden.
- Betrek uw peuter bij uw bezigheden door middel van kleine opdrachtjes.
- Geef uw peuter gelegenheid om zelf te praten; zeg even niets maar kijk uw kind belangstellend aan.
- Stel open vragen, waardoor uw peuter moet nadenken en langere antwoorden kan geven. Een voorbeeld van een open vraag is ‘Waarom maakt een spin een web?’. Waarom, wat en hoe vragen zijn open vragen. Gesloten vragen zijn vragen waar u alleen ja of nee op kunt antwoorden, bijvoorbeeld: ‘Wil je brood?’.
- Neem uw peuter serieus. Vraag door als u hem niet begrijpt, steun/stimuleer hem en probeer geduldig te blijven.
- Reageer positief op de taal van uw peuter, wijs niet uitgebreid op fouten, maar verbeter door de zin/het woord zelf correct te herhalen.

- Probeer een echt gesprek op gang te brengen, laat als er meerdere kinderen zijn hen ook op elkaar reageren.
- Leer uw peuter woorden die passen bij wat er op dat moment gebeurt en pas titels van prentenboeken daarop aan. Bijvoorbeeld als er een logeerpartij bij oma of een reisje met de trein aankomt.
- Zing liedjes, vertel rijmpjes en speel (taal)spelletjes met uw peuter. Bijvoorbeeld: ‘Wat is rood in de kamer?’, lotto, kleuren-domino, memorie enzovoort.

Slapen

Het is heerlijk als uw kind een goede slaper is, u kunt dan rekenen op een goede nachtrust. Maar het komt ook regelmatig voor dat peuters huilend wakker worden, gaan roepen of naast het bed staan. Wat te doen? Of uw kind de klok rond slaapt hangt af van de hoeveelheid slaap die het nodig heeft. Sommige peuters zijn met weinig slaap heel actief, waardoor vroeg wakker worden en laat inslapen heel gewoon zijn. Peuters dromen 's nachts erg actief. Er wordt verwerkt wat er overdag gebeurt is, bijvoorbeeld: het hondje wat uw peuter in het park tegen kwam, de pijn die hij voelde toen hij van de schommel viel of de spinazie die hij niet wilde eten. Dat uw kind dan wakker schrikt en op zoek is naar veiligheid is heel gewoon.

Tips

- Troost waar nodig, liefst met een aai over de bol en laten voelen dat alles veilig is.
- Wees erop bedacht dat uw peuter uw aandacht s' nachts heel gezellig vindt, dus houdt het kort en duidelijk.
- Zorg indien nodig voor een (nacht)lampje.
- Spreek af dat u nog één of twee keer komt om te kijken of het slapen lukt.
- Sommige kinderen kruipen bij hun ouders in bed. Realiseer hoe u daar tegenover staat en beslis vervolgens of u dit wilt toestaan. Zo niet; wees consequent in het terug brengen naar het eigen bed.
- Een eigen wekker is een heel duidelijk signaal waarop ze wel naar u mogen komen.
- Voeg geen dingen toe die niet nodig zijn, zoals een flesje melk. Bedenk dat alles wat u toevoegt, ook weer afgeleerd moet worden.

Lichaamsverzorging

Hoofdluis

Iedereen kan hoofdluis krijgen, jong of oud. Het maakt hierbij niet uit of het haar veel of weinig wordt gewassen. De besmetting vindt vooral plaats via direct contact. Ook via mutsen, sjaals, jassen op een volle kapstok en het gebruik van elkaars borstel. Om een luizenplaag zo snel mogelijk te stoppen, is het noodzaak elkaar te waarschuwen als één van de kinderen hoofdluis heeft.

Hoofdluis behandelen

Is een kind besmet met hoofdluis, dan duurt het zo'n 2 tot 3 weken voordat je iets merkt. Veel last van jeuk op het hoofd en in de nek zijn vaak duidelijke signalen. Er zijn bij de apotheek en drogist verschillende bestrijdingsmiddelen te koop, zoals hoofdlotions. De stofkam is een goede manier om elke avond het haar te controleren op luizen. De luizen gaan er tijdens het kammen wel uit, maar de neten blijven zitten. Het beste is om nog twee weken door te gaan met kammen nadat u de laatste luis hebt gevonden.

Tips

Controleer iedere week het hele gezin door het haar met een stofkam uit te kammen boven een stuk wit papier. Zo kan hoofdluis op tijd worden ontdekt.

Wees extra alert als een gezinslid veel jeuk op het hoofd heeft of als u van school een bericht krijgt dat er hoofdluis heerst.

Geef uw kind een eigen kam en borstel (bijvoorbeeld met een plaatje erop) en leg ze regelmatig in een sopje. Een eigen kam en borstel is hygiënisch en bovendien is het leuk voor uw kind.

De juiste producten

Tegenwoordig zijn er veel verzorgingsproducten voor kinderen te koop. Wees kritisch en kies bij voorkeur milde, ongeparfumeerde producten die geen kleurstoffen bevatten. Voor vragen en advies kunt u altijd bij uw consultatiebureau terecht.

Uitslag

Als uw kind een gevoelige huid heeft, kunt u beter katoenen kleding en beddengoed gebruiken. Ook is het een optie dat uw kind reageert op het wasmiddel dat u gebruikt. Maak rode billen zoveel mogelijk schoon met warm water en laat de huid luchten door uw peuter even bloot rond te laten lopen. Het is aan te raden om de huid van uw kind regelmatig te controleren. Als er iets aan de hand is, bent u er op die manier vroeg bij. Als uw kind jeuk heeft of als de huid er schilferig uitziet, kan dat komen doordat het last heeft van eczeem of een allergie. Het is dan het beste om even naar het consultatiebureau of naar uw huisarts te gaan.

Voorhuidhygiëne

De penis bestaat uit een schacht en een eikel. De eikel is erg gevoelig en wordt beschermd door de huidplooi: de voorhuid. Aan de achterkant zit de voorhuid met een riempje vast aan de schacht. De voorhuid beschermt tegen infecties, bijvoorbeeld luier-irritatie en urineweginfectie. Elke voorhuid ziet er anders uit. Er zijn jongens en mannen die nauwelijks een voorhuid hebben, soms wordt de eikel helemaal door de voorhuid bedekt of de voorhuid is heel ruim en zit dan over de eikel en heeft een tuitje. Bij de geboorte zijn voorhuid en eikel meestal nog een geheel. Rond de leeftijd van drie à vier jaar raakt de voorhuid vanzelf los. U hoeft zich geen zorgen te maken als de voorhuid niet vanzelf loslaat. U hoeft de voorhuid niet terug te schuiven, dit doet pijn en kan ontstekingen geven. Als uw kind met een stevige straal plast, is er niets aan de hand. Rond zijn vierde verjaardag kunt u met uw zoon proberen de voorhuid voorzichtig terug te schuiven. Leer hem aan dit dagelijks te doen en te wassen. Het smegma, de vette substantie onder de voorhuid, kan gemakkelijk worden weggewassen. Zo leert hij dat de voorhuid-verzorging een onderdeel is van de dagelijkse lichamelijke verzorging. Moet het kind persen om te plassen, komt er een straal of plast hij druppeltjes? Regelmatig terugkerende infecties tussen eikel en voorhuid? Soms kan er dan sprake zijn van een vernauwde voorhuid. Bij twijfel of zorgen kunt u het best met het consultatiebureau of uw huisarts overleggen. Zij verwijzen u zo nodig door naar de specialist, vaak een uroloog.

Overgang naar school

Nog maar een jaar en uw kind gaat naar de basisschool. Tijd om te gaan oriënteren en uw kind in te schrijven. Deze meeste scholen hebben vaste momenten waarop ouders welkom zijn om te komen kijken en daarna hun in te schrijven. Deze momenten worden vaak in lokale kranten bekend gemaakt. Om u voor te bereiden op dit bezoek, kunnen deze vragen handig zijn:

1. Vindt u de leerkracht vriendelijk en behulpzaam?
2. Heerst er een prettige sfeer op school?
3. Wat zijn de belangrijke uitgangspunten van deze school? (levens overtuiging, onderwijssysteem e.d.)
4. Is de school actief? Worden bijvoorbeeld regelmatig ouderavonden of acties voor een bepaald doel georganiseerd?
5. Kan u met uw kind een ochtend in de klas kijken?
6. Naar welke school gaan kinderen uit de buurt?
7. Is het mogelijk om over te blijven?
8. Is er een adressenlijst van de eerste groep, zodat u eventueel andere ouders kan benaderen en hen te vragen naar hun ervaringen?

Uit de boekenkast

Boeken voor kinderen

- Karel op de wc - E.Carle
- Tijn in de winkel - B.Sluyzer / P.Oud
- Doe je oogjes maar dicht - K. Banks/ G.Hallensleben
- Voor het eerst naar school - S.Cartwright
- Jip en Janneke - A.M.G.Schmidt Querido

Boeken voor ouders

- Kinderen vragen om duidelijkheid - H. Janssen
- Wat kan mijn kind - M.Stoppaarsd
- Mijn kind is bang en ik ook - P.Adriaenssens

Meer informatie

Heeft u na het lezen van de folder nog vragen of wilt u meer informatie dan kunt u contact opnemen met uw consultatiebureau. Ook kunt u met vragen terecht bij een pedagogisch adviseur van het opvoedspreekuur. Een afspraak kunt u maken via de Rivas Zorglijn 0900-8440. Op www.rivas.nl vindt u informatie over Rivas Zorggroep.

