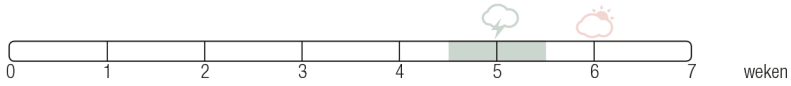


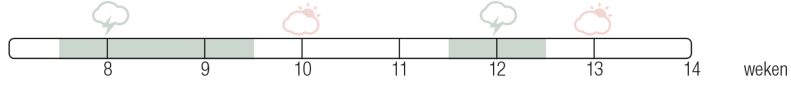
Jouw sprongenschema

De sprongetjes van _____

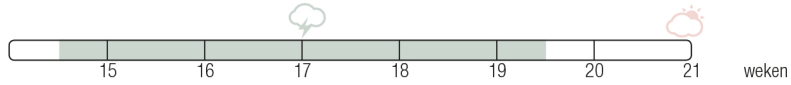
Jouw uitgerekende datum was _____



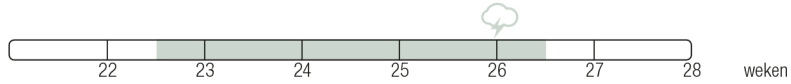
Datum sprong 1 _____



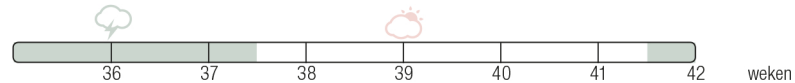
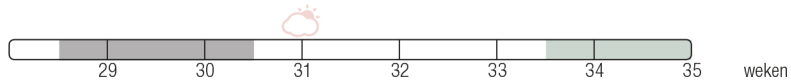
Datum sprong 2 _____ Datum sprong 3 _____



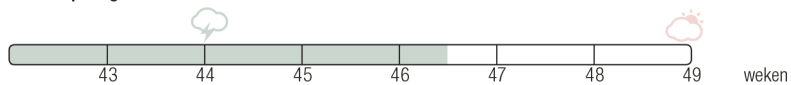
Datum sprong 4 _____



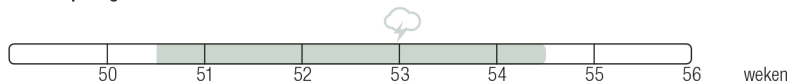
Datum sprong 5 _____



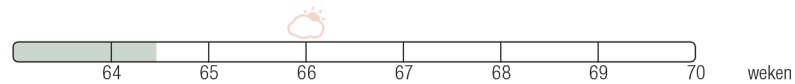
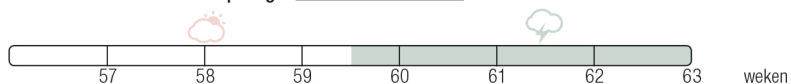
Datum sprong 6 _____



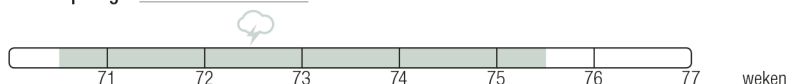
Datum sprong 7 _____



Datum sprong 8 _____



Datum sprong 9 _____



Datum sprong 10 _____



Kijk op pagina 25 voor de legenda en uitleg.



*‘Van de Rijt en Plooijs werk op het gebied van de ontwikkeling van het kind heeft enorme waarde, voor zowel klinisch gebruik als voor wetenschappelijke toepassing. Niet alleen hebben ze de periodes in kaart gebracht van verwarrend, moeilijk gedrag van kinderen dat ouders zo verontrust. Ze hebben ook laten zien hoe dit gedrag een aankondiging is voor de sprongen in de ontwikkeling en ze hebben de fases in het begripsvermogen van kinderen beschreven. Dit bij elkaar geeft ouders en professionals een goed gefundeerd inzicht in de mentale ontwikkeling van jonge kinderen. En dan hebben Van de Rijt en Plooi ook nog het spel en de communicatie die het beste werken met baby’s van verschillende leeftijden beschreven. Dit helpt ouders hun kinderen te begrijpen en op een sensitieve manier contact met hen te leggen. Dit contact tussen ouder en kind is een grote noodzakelijke voorwaarde voor de ontwikkeling van zelfverzekerde, goed aangepaste kinderen. *Oei, ik groei!* is essentieel leesvoer voor iedereen die met kinderen werkt: kinderartsen, maatschappelijk werkers, psychologen, en natuurlijk, ouders.’*

**– dr. John Richer, Pediatrische Psychologie,
Oxford University NHS Hospitals Trust Oxford**

‘Een zeer praktische en onderhoudende kijk op het eerste anderhalve levensjaar van een kind. Van de Rijt en Plooi hebben aandachtig geobserveerd en vonden cruciale periodes in de ontwikkeling van een kind. (...) Geweldig.’

– dr. T. Berry Brazelton, emeritus hoogleraar Harvard Medical School

*‘Iedereen die met jonge kinderen te maken heeft, zal *Oei, ik groei!* willen lezen. Dit boek opent de ogen van ouders wat betreft groei, ontwikkeling, veranderend gedrag en emotie van kinderen, aspecten die ouders anders misschien niet zouden opmerken, of verwarrend of stressvol zouden kunnen vinden.’*

– dr. Catherine Snow, Harvard Graduate School of Education

Inhoudsopgave

Voorwoord	11
Achtergrond	13
De mentale ontwikkeling van je baby gaat met sprongen	17
Hoe beleeft je pasgeboren baby zijn wereld?	33
SPRONG 1: De wereld van sensaties	
Lief en leed rond 5 weken ofwel ruim 1 maand	49
SPRONG 2: De wereld van patronen	
Lief en leed rond 8 weken ofwel bijna 2 maanden	65
SPRONG 3: De wereld van vloeiende overgangen	
Lief en leed rond 12 weken ofwel bijna 3 maanden	97
SPRONG 4: De wereld van gebeurtenissen	
Lief en leed rond 19 weken ofwel 4½ maand	129
De top tien van dingen die je echt moet weten!	169
SPRONG 5: De wereld van relaties	
Lief en leed rond 26 weken ofwel 6 maanden	181
SPRONG 6: De wereld van categorieën	
Lief en leed rond 37 weken ofwel 8½ maand	231
SPRONG 7: De wereld van opeenvolgingen	
Lief en leed rond 46 weken ofwel bijna 11 maanden	269
SPRONG 8: De wereld van programma's	
Lief en leed rond 55 weken ofwel bijna 13 maanden	307
SPRONG 9: De wereld van principes	
Lief en leed rond 64 weken ofwel bijna 15 maanden	347
SPRONG 10: De wereld van systemen	
Lief en leed rond 75 weken ofwel ruim 17 maanden	403
Slaap en sprongetjes	463
Nawoord	493
Aanvullende leeslijst	495
Register	498

De mentale ontwikkeling

van je baby gaat met sprongen




OPEENS KAN HIJ VEEL MEER!

Een huilende baby is vreselijk voor iedereen. Je wilt je baby gezond en gelukkig zien. Ouders¹ maken zich regelmatig zorgen over hun baby. Vaak denken ze dat zij de enigen zijn die niet de hele dag blij rondlopen. De enigen die onzeker, angstig, wanhopig of boos zijn als hun baby lastig en niet te troosten is. De enigen die eruitzien als een vaatdoek, uitgeput door slaapgebrek. Zorgen, vermoeidheid, ergernis, schuldgevoel en soms zelfs boze gevoelens wisselen elkaar af. We kunnen je nu al vertellen: je bent zeker niet de enige.

Ook kan het huilen van een baby spanningen tussen de ouders onderling oproepen. Vooral als ze het niet eens zijn over de aanpak van dat huilen. En gratis, goedbedoelde adviezen van vrienden, familie, buren en zelfs vreemden maken alles alleen maar erger. 'Laat maar huilen, dat is goed voor de longen' is niet bepaald een oplossing waar een ouder op zit te wachten. En het probleem bagatelliseren net zomin.

Ons onderzoek

We hebben 35 jaar onderzoek gedaan naar de ontwikkeling van baby's en de reactie hierop van vaders en moeders. Al ons onderzoek hebben we bij ouders thuis gedaan. We hebben hun alledaagse bezigheden geobserveerd. We hebben allerlei vragen gesteld en zijn daar in gesprekken dieper op ingegaan. Zo ontdekten we dat iedereen van tijd tot tijd met dat huilen zit. Sterker nog: normale, gezonde baby's waren verrassend genoeg op dezelfde leeftijd huileriger, lastiger, veeleisender en hangeriger. Kortom, leeftijden waarop zij hun ouders wanhopig konden maken. We kunnen tot op bijna de week nauwkeurig voorspellen wanneer ouders weer zo'n moeilijke fase te wachten staat. Engelse, Spaanse en Zweedse onderzoekers hebben ons onderzoek herhaald en dezelfde resultaten gevonden.

Er is een reden voor die moeilijke fases

Baby's huilen niet voor niets. Ze zijn dan van slag. Hun hersenen veranderen plotseling drastisch en daarmee de manier waarop zij de wereld om hen

¹ Het woord 'ouder' is in dit hele boek gebruikt om het leesbaar te houden. Eigenlijk had daar steeds moeten staan: moeder/vader/hoofdverzorg(st)er.



heen waarnemen. Dit heeft echter ook voordelen. Het opent namelijk de mogelijkheid om nieuwe dingen te leren. Dat is een goede reden voor een feestje. Want het lastig zijn is eigenlijk een teken dat er fantastische vooruitgang geboekt wordt. Baby's hebben daar echter geen boodschap aan. Ze schrikken van zo'n verandering. Het zet hun vertrouwde wereld op zijn kop. Van de ene dag op de andere is alles anders. Het is alsof ze wakker worden op een andere planeet.

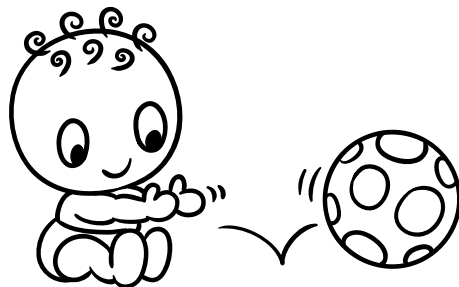
De mentale ontwikkeling gaat in sprongen

Iedere ouder die streepjes op de binnenkant van de kastdeur heeft gezet, weet dat kinderen met schokken groeien. Langere tijd gebeurt er weinig tot niets, en dan ineens groeien ze vele millimeters in één nacht.

Ook de mentale ontwikkeling van kinderen verloopt met sprongen. Ouders merken dat hun baby plotseling allemaal nieuwe dingen doet of begrijpt. Hersenonderzoek heeft aangetoond dat zulke sprongen gepaard gaan met veranderingen in de hersenen.

Sprongen in de mentale ontwikkeling gaan niet altijd samen met groeischokken. Die laatste zijn talrijker. Ook tanden komen door op andere tijden dan die waarop baby's een sprong in hun mentale ontwikkeling maken.

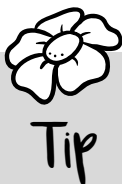
Dit boek beschrijft de tien sprongen in de mentale ontwikkeling die iedere baby maakt in zijn eerste twintig maanden. Het boek vertelt hoe je baby's kijk op de wereld met iedere sprong verandert en hoe hij² dit inzicht kan gebruiken om nieuwe vaardigheden te ontwikkelen, vaardigheden die hij nodig heeft in zijn verdere ontwikkeling.



² Vanwege de leesbaarheid wordt de baby met 'hij' aangeduid, terwijl daar iedere keer 'zij/hij' zou moeten staan.

Een sprong: er gaat een 'nieuwe wereld' open voor je baby!

Bij elk sprongetje dat je baby maakt, krijgt hij er een nieuw waarnemingsvermogen bij. Door dat ene nieuwe vermogen is hij in staat talloze nieuwe dingen waar te nemen, te zien, te horen, te proeven, ruiken en voelen. Alle nieuwe dingen die hij waarneemt, waren allang in zijn omgeving voor de sprong. Hij merkte ze alleen nog niet op, omdat zijn hersenen het nog niet konden verwerken. Doordat hij deze nieuwe dingen ineens wel waarneemt, verandert zijn hele leven... Hij moet als het ware de hele wereld weer herontdekken en daar kan hij jouw hulp goed bij gebruiken!



Lees net voor je baby de volgende sprong ingaat alvast waar die volgende sprong over gaat. Dan weet je wat er in je baby's waarnemingsvermogen gaat veranderen, en hoe jij deze 'nieuwe wereld' samen met hem kunt gaan ontdekken, en hem kan begeleiden op deze ontdekkingsreis.

Een vader schreef ons ooit het volgende: 'Als ik een sprongetje aan iemand moet uitleggen, dan zeg ik altijd: vergelijk het met een update van je computer. Het komt ineens, je hebt er geen invloed op, maar daarna kan je computer opeens heel veel nieuwe dingen. Zo is het ook met baby's.'

Dit is een heel goede vergelijking! Want:

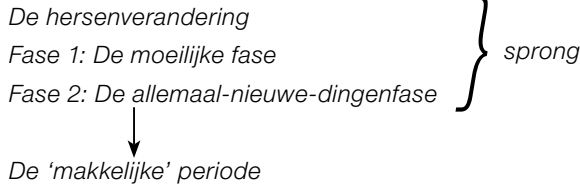
- Een sprongetje komt opeens, je baby heeft geen invloed op de timing;
- Daarna kan je baby opeens veel meer dingen.

Het is alsof de update gedownload is!

We kunnen de vergelijking nog een stukje doortrekken. De gebruiker van die computer heeft het na zo'n update vaak knap lastig met alle nieuwe functies. Zo heeft je baby het ook heel moeilijk met zijn 'geüpdatete' hersenen die hij plotseling gekregen heeft.

Eerst even een stapje achteruit en dan een grote sprong vooruit

Iedere sprong bestaat uit drie onderdelen: een hersenverandering en twee fases. Daarna volgt een 'makkelijke' periode.



... en dan begint het weer van voor af aan!

De hersenverandering

Helemaal uit het niets, opeens is het daar: het 'nieuwe mentale vermogen'. En de enige die het merkt is je baby. Zijn hersenen zijn opeens in staat nieuwe dingen waar te nemen. Alles verandert. Bijna niets is meer wat het was...

Fase 1: de moeilijke fase

Een sprong maken is heftig voor je baby. Er verandert zo veel voor hem! Daarom is het eerste wat je van de sprong merkt de *moeilijke fase*. Deze fase is het 'visitekaartje' van een sprong. Kenmerkend in deze fase zijn:

de drie H's: Huilerigheid, Hangerigheid en Humeurigheid.

Je baby huilt meer, hangt (bijna letterlijk!) aan je en is niet zichzelf. Dit geldt bij iedere sprong. Daarnaast zijn er kenmerken in deze moeilijke fase die niet bij alle sprongen gelijk zijn en waarvan baby's er soms maar een paar vertonen. Deze kenmerken vind je bij ieder hoofdstuk dat over een sprong gaat terug. Juist doordat je als ouder merkt dat er 'iets aan de hand is', ga je je snel zorgen maken. Sommige ouders vragen zich af of hun baby ziek is. Of





Iedere baby maakt sprongetjes

Alle baby's gaan door deze moeilijke fase heen. Van de makkelijke, rustige baby, tot en met de temperamentvolle baby. Echter, de temperamentvolle baby heeft het er duidelijk moeilijker mee dan de rustige baby. En zijn ouders dus ook. Hij vraagt toch al meer aandacht, maar eist nog een extra portie als zo'n sprongetje zich aankondigt. Hij toont de grootste 'behoefte aan papa of mama', de meeste leergierigheid, en hij heeft tegelijkertijd de heftigste conflicten met zijn ouders.

Hoe heftig een baby de sprong ervaart, kan ook van sprong tot sprong verschillen. De moeilijke fase kan bij de ene sprong dus lastiger zijn dan bij een andere sprong.

ze ergeren zich, omdat ze niet begrijpen waarom hij zo 'vervelend' is. Deze fase is ook de periode van een kleine 'achteruitgang'. Je baby lijkt opeens terug te gaan in zijn ontwikkeling... alsof hij zich babyachtiger gedraagt, dingen ineens niet meer kan, wat minder zelfstandig is dan voorheen. Tel dat op bij de drie **H's** en je snapt waarom we dit de moeilijke fase van een sprong noemen. Moeilijk voor je baby, en daardoor ook moeilijk voor jou.

Op welke leeftijden beginnen die moeilijke fases?

Gelukkig weet je precies wanneer je baby een sprongetje gaat maken! Er zijn tien sprongen in de eerste twintig maanden. In het begin duren ze korter en volgen ze elkaar sneller op.

Op pagina 24 vind je het 'sprongenschema'. Op de balken staan de weken vanaf de uiterekende datum (!).

Bereken precies wanneer jouw baby de sprongetjes maakt!

Om het jezelf makkelijker te maken is het fijn om precies te weten wanneer je wat kunt verwachten. Dat gaat eigenlijk heel simpel.

1. Leg het sprongenschema dat je voorin het boek vindt naast de kalender van je computer en tel de weken door.
2. Schrijf de datum onder de balken in het sprongenschema.
3. Je kunt ze ook in je agenda zetten.
4. Sommige mensen vinden het handig om deze pagina uit te knippen en op de koelkast te hangen.

Waarom de uitgerekende datum?

Hersenrijping gaat in hetzelfde tempo, in de buik of buiten de buik. Het is niet eerlijk om van een baby die veel te vroeg geboren is, te verwachten dat hij tijdens de bevalling zijn hersenrijping even een paar weken in de 'fast forward' gooit. En andersom staat de hersenrijping ook niet stil als een baby een paar weken 'te laat' geboren wordt. Als je er zo over nadent, dan is het heel logisch dat de sprongen gebaseerd zijn op de uitgerekende datum. Een voorbeeld. Is je baby twee weken te laat geboren, dan komt de sprong twee weken eerder. Is hij vier weken te vroeg geboren, dan komt de sprong vier weken later. Dit verschijnsel wijst erop dat ieder sprongetje sterk verbonden is met de groei van de hersens van een baby.

De geboortedatum is voor de verjaardagen en een stuk taart, de uitgerekende datum zegt wat over de mentale ontwikkeling van je baby.

