

# Inhoud

Inleiding		4
Hoofdstuk 1	Kijk naar je kind en de signalen	6
Hoofdstuk 2	Huilen	14
Hoofdstuk 3	Het belang van bewegen voor de ontwikkeling	24
Hoofdstuk 4	De motorische ontwikkeling bij kinderen van 0 - 4 jaar	30
Hoofdstuk 5	Zintuigen	36
Hoofdstuk 6	Sensorische informatieverwerking	42
Hoofdstuk 7	Overprikkeling voorkomen: leer sensorische informatie reguleren	60
Hoofdstuk 8	Hoe stimuleer je een 'normale' zintuiglijke ontwikkeling	78
Hoofdstuk 9	Ondersteun je kind	94
Zintuigenverhaal	'Wandelen in het bos'	104

## Inleiding

Kinderen ontwikkelen zich in een razendsnel tempo. Voor ons, maar ook voor hen, is dat af en toe niet bij te benen. Ze ontwikkelen niet alleen op het gebied van motoriek, maar ook op spraak en taal, spel en sociaal-emotioneel. Heel vaak gaat deze ontwikkeling goed en doorlopen kinderen mooi alle stappen die ze moeten doorlopen, en groeien fijn op. Soms verloopt de ontwikkeling wat minder soepel. Kinderen blijven dan motorisch achter, beginnen niet of heel laat met praten, zijn (extreem) slechte eters, huilen (extreem) veel, zijn veel ziek, slapen niet of zijn heel boos en gefrustreerd. En dan heb ik het niet over een keer, maar continu, om van alles en ogenschijnlijk zonder oorzaak. Dit zijn zomaar wat voorbeelden van de uitdagingen waar de kinderen die bij mij in de praktijk komen, mee worstelen. En hun ouders met hen. Dit kan veel frustratie, onrust en onzekerheid met zich meebrengen.

Zeker bij jonge kinderen waar taal nog niet of nauwelijks aan de orde is, is (motorisch) gedrag soms moeilijk te snappen. Je hebt net een kind gekregen (of je hebt al een aantal kinderen opgevoed) en nu worstel je dagelijks met dingen waarvan je daarvoor geen weet had. Uiteraard kunnen de bovenstaande uitdagingen met heel veel dingen te maken hebben. Dit boek richt zich met name op de invloed van het bewegen en het verwerken van de informatie die verkregen wordt middels onze zintuigen. De sensorische informatieverwerking: een chique term voor prikkelverwerking.

Het allerbelangrijkste vind ik dat we voorbij het gedrag KIJKEN en kunnen ZIEN wat de oorzaak is van dat gedrag. Geen enkel kind kiest ervoor om opzettelijk boos en verdrietig te zijn, of jou nachtenlang wakker te houden, of je te 'pesten' door de fles te weigeren. Elk gedrag is een signaal van iets wat eronder ligt. Te vaak zie ik nog dat we het gedrag als ingang nemen. Een extreem boze peuter? Die moet leren waar zijn grenzen liggen; dat moeten we aanpakken. Dat is wat ik veel hoor.

Maar wat als deze peuter zijn ontwikkeling niet bij kan benen? Wat als hij veel last heeft van aanrakingsprikkels en daardoor het heel onplezierig vindt om bij het kinderdagverblijf te zijn? Of te douchen of zich aan te kleden? Of als hij veel beweging nodig heeft maar constant geremd wordt, omdat wij bang zijn dat er iets met hem gebeurt? Dan moeten we kijken wat erachter zit en dat begeleiden.

Dat is mijn missie:

**Leer je kind ZIEN door te KIJKEN.  
Door te kijken naar het gedrag  
dat enkel een signaal is.**

Lees en leer over bewegen, zintuigen, sensorische informatie verwerken en wat jij kunt doen.

Liefs,

Suzanne Strijbosch - van Snippenberg  
Eigenaar Just see me, praktijk voor kindfysiocoaching.



## Bewegen

Samen bewegen is niet alleen heel goed en leuk, maar ook heel mooi als verbinding tussen jou en je kind. Daarnaast helpt het je kind om plannetjes te maken, oplossingen te verzinnen en creatief te denken.

Speltip: verzamel samen met je kind allerlei materialen waarmee je in huis of in de tuin een parcours kunt maken. Maak een duidelijk begin en eind en gebruik de materialen om een mooi weggetje te maken.

### Hoofdstuk 3

## Het belang van bewegen voor de ontwikkeling

In hoofdstuk 1 werd beschreven welke signalen je kind geeft en hoe je daarnaar kunt kijken. Heel belangrijke signalen zitten in het bewegen. Aan het bewegen en de houding kun je al veel zien. Zo beschreef ik al eerder dat baby's bijvoorbeeld wegstaren, hun armen en benen kruisen of hun hand uitstrekken als een soort Stop!-teken. Zo zie je een kind dat heel enthousiast is, springen. Een kind dat moet plassen, wiebelen. Een kind dat niet van vieze handen houdt, wapperen met zijn handen, of ze afvegen. Allemaal bewegingen waar je wat aan kunt aflezen. Bewegen is de basis van alle ontwikkeling. Niet alleen in de fijne en grove motoriek, maar ook voor het praten, eten en de sociaal-emotionele ontwikkeling.

Het bewegen begint al in de baarmoeder, waardoor een kind kan groeien en het juiste plekje kan vinden. Het hart beweegt tijdens het kloppen, de armen en benen bewegen en ook de ademhaling is een beweging. In eerste instantie zijn dit vooral onbewuste bewegingen die maken dat een kind kan overleven. Na de geboorte is dit ook nog zo. Steeds meer worden het doelgerichte handelingen.

Net na de geboorte zijn er veel bewegingen vanuit reflexen die zorgen dat een kind kan overleven. De tepelzoekreflex bijvoorbeeld, die zorgt ervoor dat de tepel van moeder gevonden wordt en de baby kan drinken; een eerste levensbehoefte. Maar ook de kokhalsreflex die ervoor zorgt dat het kind niet stikt als hij te veel melk in een keer in zijn keel krijgt. De meeste van deze reflexen verdwijnen weer in de loop van de ontwikkeling. Dat komt door rijping van de hersenen en de zenuwbanen. De baby krijgt steeds meer willekeurige controle over zijn lichaamsbewegingen, en de reflexen worden opgevolgd door bewuste en steeds meer doelgerichte bewegingen en handelingen. Met doelgericht wordt