

Claudia Schwarzmüller

De babyfluisteraar

Alles wat je nodig hebt
om je kind te begrijpen

Vertaald door Lucienne Pruijs



Alfabet Uitgevers

2026

INHOUD

INLEIDING	11
MAG IK JE VOORSTELLEN: ALEX	14
Opbouw van het boek	16
 DE BASIS: LEIDEN EN VOLGEN	 19
Interactie in plaats van opvoeding	19
Volgmomenten: jij volgt je kind	24
Leidmomenten: jij leidt je kind	26
Werk-privébalans voor dreumesen	31
Samenvatting	32
 JE BABY	 37
DE ONTWIKKELING VAN NUL TOT ZES MAANDEN	39
Denken en spelen	39
Gevoelens en relaties	44
Beweging	53
Taal	57
Borstvoeding geven	58
Slapen	63
In één oogopslag: nul tot zes maanden	67
DE ONTWIKKELING VAN ZES TOT TWAALF MAANDEN	68
Denken en spelen	68
Gevoelens en relaties	75

Beweging	81
Taal	85
Slapen	86
In één oogopslag: zes tot twaalf maanden	88
WAT VOOR OUDERS BELANGRIJK IS BIJ BABY'S	89
Leidmomenten bij baby's	89
Volgmomenten bij baby's	97
 SLAPEN VANAF DREUMESLEEFTIJD	 102
 JE DREUMES	 107
DE ONTWIKKELING VAN TWAALF TOT ACHTTIEN MAANDEN	109
Denken en spelen	109
Gevoelens en relaties	122
Beweging	127
Taal	130
In één oogopslag: twaalf tot achttien maanden	131
DE ONTWIKKELING VAN ACHTTIEN TOT VIERENTWINTIG	
MAANDEN	132
Denken en spelen	132
Gevoelens en relaties	141
Beweging	146
Taal	148
In één oogopslag: achttien tot vierentwintig maanden	149
WAT VOOR OUDERS BELANGRIJK IS BIJ EENJARIGEN	150
Leidmomenten bij eenjarigen	150
Volgmomenten bij eenjarigen	160
 AUTONOMIE EN GRENZEN	 169

VAN DREUMES NAAR PEUTER	181
DE ONTWIKKELING VAN EEN TWEEJARIGE	183
Denken en spelen	183
Gevoelens en relaties	197
Beweging	201
Taal	202
In één oogopslag: twee jaar	203
DE ONTWIKKELING VAN EEN DRIEJARIGE	207
Denken en spelen	207
Gevoelens en relaties	220
Beweging	228
Taal	229
In één oogopslag: drie jaar	229
WAT VOOR OUDERS BELANGRIJK IS BIJ TWEE- TOT DRIEJARIGEN	231
Leidmomenten bij twee- tot driejarigen	231
Volgmomenten bij twee- tot driejarigen	238
 GEVOELENS EN DRIFTBUIEN	 244
 VAN PEUTER NAAR KLEUTER	 257
DE ONTWIKKELING VAN EEN VIERJARIGE	259
Denken en spelen	259
Gevoelens en relaties	270
Beweging	277
Taal	278
In één oogopslag: vier jaar	280
DE ONTWIKKELING VAN VIJF TOT ZES JAAR	281
Denken en spelen	281
Gevoelens en relaties	299
Beweging	303

Taal	304
In één oogopslag: vijf tot zes jaar	305
WAT VOOR OUDERS BELANGRIJK IS BIJ VIER- TOT ZESJARIGEN	306
Leidmomenten bij vier- tot zesjarigen	306
Volgmomenten bij vier- tot zesjarigen	314
 WAAR JE NAAR UIT KUNT KIJKEN	 323
DANKBAAR ZIJN	330
LITERATUUR	333

VOOR GEÏNTERESSEERDEN: HOW TO...

Geluksmomenten – Gelukkig zijn met kinderen.

Hoe gaat dat? 34

Borstvoeding geven – Veel meer dan alleen

voedselinname 60

Dragen – Gedragen de wereld ontdekken 83

Speelschema's – De wereld actief veroveren 115

Nadenken – Samen op zoek gaan naar oplossingen 158

Soft skills – Wat je nu niet leert, wordt later moeilijk 196

Kinderdagverblijf – Van opvang door vreemden

naar opvang door vrienden 204

Overgietopdracht – Een hoeveelheid verandert niet

als die ergens anders is 208

Spelen – Echt spelen is niet zo makkelijk 225

Liegen – Leugencompetentie verwerven 260

Verbindingsspellen – Hoe je kind problemen oplost 275

Wiskunde – In het dagelijks leven 286

Zonder straffen – De oplossing leren 295

Luisteren – Van binnenuit begrijpen 319

INLEIDING

Laatst zat ik in een café. Er kwam een moeder binnen met haar ongeveer anderhalf jaar oude dochter. Je zag aan de moeder wat ze graag wilde: eventjes een lekker kopje koffie drinken in een gezellige omgeving en ondertussen wat tot rust komen. Ze plofte uitgeput in een van de makkelijke fauteuils.

Haar dochter daarentegen wekte een heel andere indruk. Nieuwsgierig keek ze om zich heen en ze ontdekte de details, de kleurige ijskaart op de bar, de gladde tafels en ze luisterde gebiologeerd naar het harde gesis van de espressomachine. Ze bekeek het café met heel andere doelen: wat viel er hier voor nieuws te ontdekken? Hoe kon ze deze omgeving voor haar ontwikkeling gebruiken? Stilzitten was voor haar verloren ontwikkelingstijd – en in tegenstelling tot haar moeder kon ze zich dat op haar leeftijd zeker nog niet veroorloven. Ze had nog heel veel ontwikkelingstaken voor de boeg voordat het ook voor haar zinvol kon zijn om rustig in een café te zitten.

De verschillende zienswijzen op de wereld van volwassenen en kleine kinderen fascineren me al mijn leven lang. Ik ben erg dankbaar dat ik – als psycholoog gespecialiseerd in kinderen – al tientallen jaren heel veel kinderen en hun gezinnen in verschillende situaties mag begeleiden. Mijn

twee fantastische zoons zijn groot: de missie moederschap is succesvol afgerond. Na ettelijke jaren van leren en kijken wil ik als ‘babyfluisteraar’ het gedrag van kinderen voor volwassenen vertalen om zo een brug te bouwen voor een dieper begrip en een ontspannener samenleven.

Daarom heb ik een manier gekozen die dit boek van veel andere opvoedboeken onderscheidt. Ik beschrijf de ontwikkeling vanuit het gezichtspunt van een kind, Alex, dat we vanaf de eerste dagen van zijn leven totdat het naar groep 3 gaat bij zijn dagelijkse avonturen begeleiden. Alex maakt daarbij de normale ontwikkelingsstappen en problemen door. Je zult je kind, jezelf en je gezin hopelijk in veel situaties herkennen. Ik reik je alle belangrijke zaken aan die je nodig hebt om je kind beter te begrijpen en precies te weten wat je op een bepaalde leeftijd kunt verwachten of verlangen – en wat niet.

Je krijgt een overzicht van de ontwikkeling van denken en spelen, van gevoelens en relaties, van beweging en taal van baby tot en met kleuter.

Ik hoop dat dit je zal helpen om veel fijne momenten met je kind te beleven. Want het begeleiden van een kind in zijn ontwikkeling is eigenlijk een vrij speels proces. En het is vooral geen hogere wiskunde.

Het is veel makkelijker dan je denkt. Ik wil graag naast mijn kennis over kinderen ook wat orde aanbrengen in de chaos van allerlei verschillende opvoedtheorieën. Wist je dat je jezelf in iedere situatie in het leven met kinderen maar één vraag hoeft te stellen? En dan meteen weet wat je moet doen? Ik presenteer je hier de twee basiselementen van de

INLEIDING

opvoeding, waarmee ouders over de hele wereld succesvol met kinderen omgaan – meestal intuïtief, zonder het bewust te weten. ‘Leiden’ en ‘volgen’ heten deze toverwoorden die je het leven zoveel makkelijker kunnen maken.

Als ‘babyfluisteraar’ wil ik

- ▶ je de ontwikkelingstaken van je kind op verschillende leeftijden laten zien en zo je kind voor jou ‘vertalen’;
- ▶ veel misverstanden tussen ouders en kinderen uit de weg ruimen, zodat je je kind op een dieper niveau kunt begrijpen;
- ▶ je wegwijst maken in de opvoedingsjungle en je met het leiden en volgen iets concreets aanreiken;
- ▶ dat je onafhankelijker wordt van al die adviezen van buitenaf, en een basis hebt waarop je je eigen beslissingen kunt nemen. Want jouw opvoeding is niet iets wat vastligt, maar iets wat tussen jou en je kind steeds opnieuw ontstaat;
- ▶ met jou het wonder van de ontwikkeling delen die je kind helemaal vanzelf doorloopt en dat het daarvoor geen perfecte ouders nodig heeft;
- ▶ dat je ontspannener met je kind kunt omgaan en je veel, veel minder gestrest raakt.

Je hoeft zoveel minder te doen dan je denkt. Beloofd!

MAG IK JE VOORSTELLEN: ALEX

Wie is nu dit kind dat je in dit boek zult leren kennen? Alex is het enige doorsneekind ter wereld, want geen enkel kind komt overeen met het gemiddelde. Echt geen een. Daarom is alles wat je nu over Alex leest als richtlijn bedoeld en niet als absolute waarheid over je eigen kind. Je kunt de volkomen normale ik-voel-me-meteen-slecht-als-het-bij-ons-anders-is-modus achterwege laten, want het *is* bij jouw kind nu eenmaal anders en dat is prima.

Ontwikkeling bestaat uit buitengewoon veel varianten. Sommige kinderen ontwikkelen bijvoorbeeld eerst de taal, verwaarlozen ondertussen het bewegen of andersom – maar dan ineens trekken ze ook op dat andere gebied bij. In sommige gevallen kan je kind op een ontwikkelingsgebied tot anderhalf jaar vroeger of later zijn en is zijn ontwikkeling nog steeds *volkomen normaal*. Sommige kinderen laten bijzonder extreem gedrag zien, andere weer helemaal niet, of er worden ontwikkelingsstappen compleet overgeslagen.

Belangrijk is bovendien: sneller betekent niet beter! Laat je kind gewoon zijn ontwikkelingsstappen in alle rust voorbereiden en wacht geduldig af of die *op een bepaald moment* in de loop van dat levensjaar verschijnen.

Mocht je uitgebreidere informatie willen, lees dan vooral ook het hoofdstuk voor en na de leeftijd van je kind, daar kan ook nog voor jou relevante informatie in staan. Want zoals gezegd is het eigenlijk niet mogelijk om ontwikkeling op een bepaalde leeftijd vast te pinnen.

Maar terug naar Alex: Alex staat voor Alexandra of Alexander en is afwisselend vrouwelijk of mannelijk. Het

gaat in het eerste hoofdstuk dus om een mannelijk kind, in het tweede is Alex vrouwelijk, dan weer mannelijk en zo door. De ervaringen en verhalen van Alex in dit boek zijn trouwens allemaal echt gebeurd, maar ze zijn van verschillende kinderen afkomstig.

Niet alleen Alex is doorsnee, ook Alex' ouders zijn doorsneeouders. Ze zijn een heel normaal stel, ik heb die twee Jan en Julia genoemd. Ze hebben de gebruikelijke angsten en problemen, en misschien herken je jezelf in sommige daarvan. Mocht je in een heel andere relatie leven, van iemand van hetzelfde geslacht houden, of je kind in je eentje opvoeden, dan hoop ik dat je het voor jezelf gewoon 'omdenkt'. Je wordt nadrukkelijk ook bedoeld.

Als 'babyfluisteraar' heb ik mijn best gedaan om uit het gezichtspunt van Alex' ontwikkelingsstand en gevoelswereld te schrijven. Eigenlijk is dat nogal pretentiekus, want natuurlijk weet niemand écht wat iemand anders denkt of voelt.

Het gaat bij de beschrijvingen nadrukkelijk níét om afwijkend gedrag, maar om de normale ontwikkeling. Ik heb geprobeerd de laatste wetenschappelijke stand van zaken mee te nemen, maar ik kan fouten natuurlijk niet uitsluiten. De tips pas je toe op eigen verantwoording, jij bent de beste expert voor je eigen kind.

Het boek kan absoluut niet gebruikt worden voor het diagnosticeren van kinderen. Mocht je je zorgen maken om je kind, ga dan naar je huisarts en de relevante deskundigen (de jeugdarts, de leiders op het kinderdagverblijf of jeugdhulp in je gemeente moeten weten waar je advies kunt krijgen).

Opbouw van het boek

Het gedeelte ‘Leiden en volgen’ (bladzij 19) levert de basis voor het begrijpen van dit boek. Het is van groot belang omdat alles daarop voortborduurt. In de daaropvolgende hoofdstukken worden de afzonderlijke ontwikkelingsstappen van een kind per leeftijd beschreven:

1. Eerst wordt de ontwikkelingsstand van Alex op de verschillende gebieden gepresenteerd. Waar is Alex in zijn denken en spelen, bij zijn gevoelens en relaties, in zijn bewegen en praten?
2. Daarna volgt een kleine samenvatting (‘In één oogopslag’).
3. Wat is voor ouders nu belangrijk? Je leest hoe je het leiden en volgen (zie het volgende hoofdstuk) op die leeftijd concreet kunt toepassen. Hoe kun je je kind goed ondersteunen?

De ‘How to...’-kaders in de hoofdstukken gaan wat dieper. Ze zijn bedoeld voor ouders die meer willen weten of voor mensen die beroepsmatig met kinderen werken.

Verder zijn er nog ‘tussenhoofdstukken’ die onderwerpen behandelen die voor meerdere jaren tegelijk gelden.

ALS HET SNEL MOET

Heb je weinig tijd en wil je snel begrijpen welke ontwikkelingsstappen je kind nu zet? Dan hoef je eerst maar twee hoofdstukken te lezen:

- ▶ het gedeelte over het ‘leiden en volgen’ (bladzij 19) als basis en
- ▶ het hoofdstuk dat aansluit bij de leeftijd van je kind.

Het deel ‘Wat voor ouders nu belangrijk is’ staat altijd aan het eind van elk hoofdstuk. Wil je dus weten wat je bij een tweejarige concreet kunt doen, dan vind je dat aan het eind van het hoofdstuk over driejarigen. Die twee leeftijdsfasen zijn in één hoofdstuk samengevoegd.

Daarnaast zijn er nog enkele overkoepelende thema’s zoals ‘Gevoelens’, ‘Slapen’ of ‘Autonomie’. Dit hoeft je nu niet te onthouden, daar wijs ik je in de desbetreffende hoofdstukken nog wel op.

Misschien heb ik van jou vooraf nog een beetje het voordeel van de twijfel nodig, want als psycholoog kijk ik naar de hele ontwikkeling van je kind. Terwijl jij misschien net dringend wilt weten hoe je peuter leert stil te zitten of hoe je hem de speen afleert, stip ik dat in het desbetreffende hoofdstuk alleen even aan of helemaal niet. Waarom?

Het is begrijpelijk dat je als ouders heel vaak onder de indruk bent van de zogenaamde temporaire thema’s, dus de voorbijgaande thema’s. Deze problemen duiken in de loop van de ontwikkeling bijna altijd op en verdwijnen dan weer zonder gevolgen. Als je kind ouder dan een jaar is, zul je je de problemen die jullie hadden toen je kind zes maanden was alleen nog met moeite kunnen herinneren – ze zijn gewoon verdwenen. Je zult veel van deze ontwikkelingsonderwerpen in het verhaal van Alex leren kennen.

Ik leg in dit boek de nadruk op de langdurige, belangrijke onderwerpen voor je kind die het ook nog nodig heeft als het volwassen is en niet zozeer op de voorbijgaande onderwerpen. Hoe je je kind van misschien twee de speen afleert, houdt je maar een korte tijd bezig en daarna nooit meer; daarom noem ik dat hier niet. Maar dat je kind op die leeftijd de ‘soft skills’ – vaardigheden als empathie, samenwerking, oplossend vermogen en eigen initiatief – goed opbouwt, dat zal voor zijn of haar hele leven beslissend zijn.

Ik beantwoord hier dus misschien ook vragen die je op de desbetreffende leeftijd van je kind helemaal niet kunt stellen – maar waarvan je de antwoorden echt moet weten.

Ik heb besloten om niet genderneutraal te schrijven om het lezen niet ingewikkelder te maken. Alle manieren om dat te doen leken me voor dit boek dat juist probeert om dingen te vereenvoudigen, te complex. Dit boek is bedoeld voor iedereen, voel jezelf aangesproken.