

Spelen

met je kind

Wat doet zo'n baby eigenlijk?



Slapen en eten: de basisbehoeften van je pasgeboren baby. Maar ook contact maken met jou en spelen zijn favoriete bezigheden. Deze speeltips sluiten precies aan op zijn ontwikkeling. Van kijken tot kiekeboe.

Spelen is belangrijk voor de ontwikkeling van je baby. Door te spelen leert hij de wereld kennen, ontdekt hij zijn lichaam, oefent zijn zintuigen en leert de taal. Maar spelen met je baby heeft nog een andere belangrijke functie, aldus Anneloes van Baar, ontwikkelingspsycholoog aan de Universiteit van Tilburg. 'Het is dé manier om als ouder en kind een relatie met elkaar op te bouwen. Als je met je baby speelt, moet je hem voortdurend in de gaten houden. Je moet het spel op zijn behoeften afstemmen en zijn mogelijkheden blijven inschatten. Is hij alert genoeg om te spelen? Kan hij het spel aan? Hij leert jou kennen door goed naar je stem te luisteren, om te begrijpen wat je bedoelt. Op die manier leren jullie elkaar spelenderwijs kennen en elkaars gedrag aan elkaar aan te passen. Spelen en contact maken is een middel voor hechting dat minstens zo belangrijk is als het geven van borstvoeding.'

0-3 maanden

Kijken en luisteren

Dit kan je baby

Luisteren, rondkijken en volgen. Echt iets dóen, is er voor je baby nog niet bij. Als hij je vinger grijpt, is dat een reflex. Zijn zintuigen zijn al wel goed ontwikkeld en actief. In de baarmoeder kon hij immers al horen, zien en voelen. Je baby ziet zijn omgeving driedimensionaal en kan de dingen van elkaar onderscheiden. Van kleuren ziet hij alleen nog sterk contrasterende kleuren. Vooral als je je gezicht zo'n twintig tot dertig centimeter van het zijne houdt, zal hij naar je kijken.

Zo speel je met hem

Speel met je baby als hij rustig is en alert. Even na de voeding is vaak een prima moment. Prikkel zijn zintuigen. Het mooiste speelgoed daarvoor ben jij. Laat hem naar je gezicht kijken; glimmende ogen en veranderende gezichtsuitdrukkingen vindt hij reuze interessant. Hou vrolijk gekleurde voorwerpen in zijn gezichtsveld. Beweeg het speeltje langzaam heen en weer – op die manier stimuleer je hem om een voorwerp te volgen. Dat lukt meestal pas na een tijdje. Laat een rammelaar (rustig)

horen en kijk of hij er aandacht aan besteedt. Ook praten en zingen is spelen. Baby's genieten van mensenstemmen. Stemmen werken rustgevend. Bovendien stimuleert het zijn taalontwikkeling als je tegen hem praat. Benoem de dingen die je doet en ziet. Je merkt dat hij luistert als hij je met alerte kraaloojes aankijkt en zijn bewegingen staakt. Meestal gaan zijn wenkbrauwen omhoog als hij luistert. Een mobile boven de box stimuleert het kijken. Felle kleuren hebben zijn aandacht. Maar maak het niet te druk boven zijn hoofd. Laat de mobile desnoods pas ronddraaien en het muziekje afspelen als hij een paar maanden ouder is en meer prikkels aankan.

3-6 maanden

Reiken en grijpen

Dit kan je baby

Het gezichtsvermogen van je baby wordt steeds beter. Hij gaat scherper zien en kan nu alle kleuren waarnemen. Speelgoed en andere voorwerpen worden in deze fase echt interessant. Je kind kan ze volgen en zal zijn hoofd meedraaien. Hij wil reiken en grijpen. Ook leert hij zijn hoofd omhoog houden. Van geluid gaat hij begrijpen waar het vandaan komt en dat hij het zelf kan maken. >

Praten

'Ik vertel Jesse alles wat ik doe, alles wat ik zie,' zegt Marije Bergwerf (29), moeder van de twee maanden oude Jesse. 'Hele verhalen vertel ik hem als hij na de voeding bij me op schoot zit. Maar ook als ik hem aankleed, praat ik honderduit. Dan vertel ik precies wat ik doe: 'Zo, nu gaat je armpje door je mouw.' En als de hond of de poes voorbij loopt, zeg ik dat. Jesse begint nu pas op de dingen te reageren, maar kan nog niet laten zien of hij iets leuk vindt. Maar ik weet zeker dat mijn gepraat hem stimuleert om oog te krijgen voor de wereld om hem heen.'

Zo speel je met hem

Laat je baby horen hoe je geluid maakt: neurie, zing, fluister en fluit. Over een tijdje zal hij reageren en proberen je te imiteren. Om zijn nekspieren te verstevigen, beweeg je een rammelaar in een cirkel rond zijn hoofd, terwijl hij op zijn rug ligt. Hij zal dan zijn hoofd meedraaien om de rammelaar te volgen. Laat hem oefenen met op zijn buik liggen. Het grijpen naar speelgoed stimuleer je door hem speeltjes aan te geven. Later leert hij de dingen zelf te pakken.

Alles wat hij grijpt, stopt hij meteen in zijn mond. Of hij gaat ermee slaan. Op die manier onderzoekt hij de dingen. Je baby leert dat voorwerpen van elkaar kunnen verschillen, bijvoorbeeld in gewicht of structuur. Geef hem daarom voorwerpen en speelgoed van verschillende materialen. Een bijtring, een rammelaar en een activity center voor in de box passen bij deze fase. Maar huishoudelijke spullen, zoals poppels en plastic bakjes, zijn minstens zo interessant.

Blote billen 'In haar blootje op de grond bewegen, dat is haar favoriete spelletje,' vertelt Nicole Knibbe (29), moeder van de vijf maanden oude Ryanne. 'Ik begon ermee toen ik merkte dat ze veel beweeglijker werd als ik haar luiert afdeed. Het is een echt ritueel geworden. Ze wordt al vrolijk als ik haar uitkleed. 'Dikke billen, dikke billen,' zing ik en dan gaat ze hard lachen. Het spelletje werkt. Ryanne had eerst moeite om zich om te rollen. Maar in haar blootje op een deken had ze het zo voor elkaar.'

6-9 maanden

Het grote onderzoek

Dit kan je baby

Je kind krijgt meer controle over zijn bewegingen. Hij kan vaak al wat langer rechtop zitten en dat geeft hem weer een heel nieuwe kijk op de wereld. Zijn vaardigheden verbeteren, zoals het pakken van speelgoed. Daardoor wordt het onderzoeken van voorwerpen steeds interessanter voor hem. Je baby kan dingen overpakken en ontdekt hoe leuk het is om speelgoed te laten vallen.

Zo speel je met hem

Soms lukt een beetje samenspel al, bijvoorbeeld geven en 'dankjewel' zeggen. Zit je kind nog niet zo stevig, geef hem dan een speeltje in zijn hand als hij zit. Op die manier leer je hem zijn balans te handhaven. In deze periode zal hij je gaan

imiteren. Zing liedjes, kijk samen in de spiegel, maak geluidjes – voor je het weet doet hij je na. Kiekeboe is meestal een favoriet spel. Je kind leert hiermee dat mensen en dingen blijven bestaan, ook als hij ze even niet ziet. Een belangrijk spel voor als hij in de eenkennigheidfase zit.

9-12 maanden

Erop uit!

Dit kan je baby

Je kind is een avonturier geworden die erop uit trekt om verkenningsstochten te maken. Hij kruipt de kamer rond of trekt zich op aan de tafel. En misschien zet hij in deze fase al wel zijn eerste stapjes...

Zo speel je met hem

Kruip eens met hem mee door de huiskamer. Misschien kom je nog wat onveilige situaties tegen: een vaas op grijphoogte, of een laag stopcontact dat je over het hoofd had gezien. Probeert je kind stapjes te zetten? Hou zijn handen dan vast en loop met hem door de kamer. Een blokkenkar met een duwstang of een loopauto zijn nu goed speelgoed. Is je kind nog niet zo mobiel? Daag hem uit om zich voort te bewegen door rollend speelgoed door de kamer te laten gaan. Ook een goed spel op deze leeftijd: iets leeghalen. Alle blokken uit een bak pakken, knuffels uit een mand. Verwacht niet dat je baby alles er ook weer in kan stoppen. Daarvoor is hij nog te klein.

Je baby – bijna een dreumes – is nu waarschijnlijk bezig met taal. Hij gaat snappen wat je tegen hem zegt en hij wijst van alles aan. Benoem de dingen die hij aanwijst. Pak een boek met dierenplaatjes en maak de geluiden die bij de dieren horen. Benoem wat er op de plaatjes te zien is en laat je kind zelf de bladzijden omslaan. ■

Kiekeboe

'Elle is gek op kiekeboespelletjes. Ze begint er vaak zelf mee,' vertelt Lucia Fijlstra (34), moeder van de tien maanden oude Elle. Bijna dagelijks spelen ze samen kiekeboe. 'Ze vindt het geweldig. Ze beweegt haar hoofd enthousiast heen en weer, begint hard te lachen en straalt van oor tot oor als ik me achter de deur of een theedoek verstop. We spelen het ook voor de spiegel, waarbij we wegduiken en daarna weer tevoorschijn komen. En als ze er zelf ineens zin in heeft, begint ze kiekeboe zonder mij. Dan gluurde ze om het hoekje van de bank, in de hoop dat ik weer meedoe.'

Meer lezen?

- *Babyspelletjes voor ondernemende ouders en kinderen*, Caroline van den Kommer, Het Spectrum, € 12,50
- *Spelen met je baby*, Anne Knecht-Boyer, Kosmos-Z&K. Niet meer in de winkel, wel in de bibliotheek te vinden.

Het mooiste
speelgoed
voor je baby
ben jij

