|  |  |
| --- | --- |
| **http://www.pastoralezorg.be/cms2/uploads/image/elisabeth/levensloop.png**  ontwikkelingspsychologie  Gebieden van ontwikkeling en de ontwikkelingsfasen |  |

Inhoud

[1 Inleiding 2](#_Toc461448342)

[2 Doelgroepen, een indeling 2](#_Toc461448343)

[3 De gebieden van ontwikkeling en de ontwikkelingsfasen 4](#_Toc461448344)

[4 De baby 6](#_Toc461448345)

[4.1 De lichamelijke en motorische ontwikkeling 6](#_Toc461448346)

[4.2 De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling 7](#_Toc461448347)

[4.3 De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling 7](#_Toc461448348)

[5 De peuter 11](#_Toc461448349)

[5.1 De lichamelijke en motorische ontwikkeling 11](#_Toc461448350)

[5.2 De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling 11](#_Toc461448351)

[5.3 De sociaal-emotionele en seksuele ontwikkeling 12](#_Toc461448352)

[6 De kleuter 16](#_Toc461448353)

[6.1 De lichamelijke en motorische ontwikkeling 16](#_Toc461448354)

[6.2 De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling 17](#_Toc461448355)

[6.3 De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling 18](#_Toc461448356)

[7 Het schoolkind 21](#_Toc461448357)

[7.1 De lichamelijke en motorische ontwikkeling 21](#_Toc461448358)

[7.2 De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling 22](#_Toc461448359)

[7.3 De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling 23](#_Toc461448360)

[8 De puber 26](#_Toc461448361)

[8.1 De lichamelijke en motorische ontwikkeling 26](#_Toc461448362)

[8.2 De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling 26](#_Toc461448363)

[8.3 De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling 27](#_Toc461448364)

[9 De jongvolwassene 31](#_Toc461448365)

[9.1 De lichamelijke en motorische ontwikkeling 31](#_Toc461448366)

[9.2 De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling 31](#_Toc461448367)

[9.3 De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling 32](#_Toc461448368)

[10 De volwassene 35](#_Toc461448369)

[10.1 De lichamelijke en motorische ontwikkeling 35](#_Toc461448370)

[10.2 De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling 35](#_Toc461448371)

[10.3 De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling 35](#_Toc461448372)

[11 De oudere 38](#_Toc461448373)

[11.1 De lichamelijke en motorische ontwikkeling 38](#_Toc461448374)

[11.2 De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling 38](#_Toc461448375)

[11.3 De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling 39](#_Toc461448376)

Ontwikkelingspsychologie

# Inleiding

Als medewerker maatschappelijke zorg heb je te maken met allerlei mensen van verschillende leeftijden. In dit thema lees je over de ontwikkeling van baby tot oudere, waarbij we over alle gebieden van ontwikkeling per leeftijdsgroep iets vertellen. Ook geven we tips over hoe je zelf kunt bijdragen aan de ontwikkeling van mensen in allerlei leeftijdscategorieën.

# Doelgroepen, een indeling

Een doelgroep is een groep mensen of cliënten, waarop een medewerker zijn acties richt.

Zo zijn ouderen een andere doelgroep dan baby’s, verstandelijk gehandicapten een andere doelgroep dan lichamelijk gehandicapten of demente ouderen. Het spreekt voor zich dat je met elke doelgroep anders omgaat. Je zou ook kunnen zeggen dat het woord ‘doelgroepen’ te maken heeft met de doelen die we hebben in het werken met die mensen. Voor de verschillende doelgroepen zijn de doelen dus steeds anders.

Werk je met baby’s, dan is je doel verzorging geven. Heb je een cliënt met een lichte verstandelijke handicap, dan is je doel om hem te leren zo zelfstandig mogelijk te functioneren. Je moet dan juist geen verzorging geven.

Een licht dementerende oudere in de thuiszorg moet je misschien alleen ondersteuning bieden, zodat hij of zij zelfstandig kan blijven wonen. Voor jongeren in een buurthuis kun je, samen met anderen, een leuke avond verzorgen. Je doel is dus steeds anders.

Doelgroepen kun je indelen op verschillende manieren. In deze reader hebben we de volgende indeling:

* Ontwikkelingsfase
* Beperking of handicap
* Sociale kwetsbaarheid

In dit thema besteden we aandacht aan de indeling naar ontwikkelingsfase, die we ook weer kunnen opdelen.



# De gebieden van ontwikkeling en de ontwikkelingsfasen

Wanneer we kijken naar de ontwikkeling van een mens in de verschillende fasen van zijn leven, onderscheiden we drie ontwikkelingsgebieden:

* De lichamelijke en motorische ontwikkeling
* De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling
* De sociaal-emotionele ontwikkeling
* De seksuele ontwikkeling

We lichten ze nog even toe:

1. De lichamelijke en motorische ontwikkeling. Dit is de ontwikkeling van het lichaam en de motoriek of het bewegen.
2. De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling. Dit is de ontwikkeling van het denken, het waarnemen, het geheugen en de taal.
3. De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling. De sociale ontwikkeling is de ontwikkeling van de omgang met anderen, zoals het spelgedrag of het maken van contact. De emotionele ontwikkeling is de ontwikkeling van emoties en gevoelens zoals vertrouwen, veiligheid, angst of jaloezie. De sociale en emotionele ontwikkeling hangen sterk samen vandaar dat vaak gesproken wordt over ‘de sociaal-emotionele ontwikkeling’. Ook de seksuele ontwikkeling houdt hiermee verband. Daarom wordt deze ontwikkeling samen met de sociaal-emotionele ontwikkeling besproken. De seksuele ontwikkeling is de ontwikkeling van de seksualiteit en de intimiteit.

De ontwikkelingsgebieden hangen met elkaar samen. Als een kind bijvoorbeeld niet goed kan leren (verstandelijk), kan het bang worden om fouten te maken (emotioneel) of niet met vriendjes durven spelen (sociaal). Als het kind niet genoeg voeding krijgt (lichamelijk) zal er ook op andere terreinen een achterstand in ontwikkeling kunnen optreden.

We gaan hierna de verschillende ontwikkelingsfasen bespreken. Per fase komen ook de drie gebieden van ontwikkeling aan bod. We onderscheiden acht ontwikkelingsfasen:

1. De baby (0-18 maanden)
2. De peuter (1 ½ tot 4 jaar)
3. De kleuter (4 tot 6 jaar)
4. Het schoolkind (6 tot 12 jaar)
5. De puber (12 tot 16 jaar)
6. De jongvolwassene (16 tot 21 jaar)
7. De volwassene (21 tot 545 jaar)
8. De oudere (55+)



# De baby

De babyfase loopt van de geboorte tot de leeftijd van ongeveer anderhalf jaar.

## De lichamelijke en motorische ontwikkeling

De baby ontwikkelt zich in achttien maanden van een hulpeloos wezen tot een peuter die zonder hulp al aardig kan lopen.

Bij de geboorte is het hoofd van de baby groot in vergelijking tot de rest van zijn lichaam. Later wordt dit normaler. Baby’s ontwikkelen zich snel. Goede voeding is belangrijk. Moedermelk of melk uit de fles. Je kunt een baby nooit teveel voeding geven. Te weinig is wel mogelijk. Het kind kan zelf zijn behoefte aan melk regelen. Dat kan het ene moment meer zijn dan het andere moment. Vanaf ongeveer zes maanden krijgt de baby ook andere voeding dan melk.

Baby’s groeien vooral tijdens het slapen. Sommige baby’s slapen veel, andere veel minder. De motorische ontwikkeling gaat heel snel. Bij de geboorte zijn er alleen reflexen aanwezig waardoor het kind automatisch reageert. Hierbij kun je denken aan het zuigreflex. Deze reflexen verdwijnen en worden vervangen door bewuste bewegingen. Het kind leert door oefenen. Zodra de baby gaat kruipen wordt zijn wereld een stuk groter. Hij kan dan zelf op onderzoek uit gaan. Niet alle baby’s kruipen voordat ze gaan lopen. Sommige slaan deze fase over, dat is niet iets om ongerust over te zijn.

## 4.2 De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling

De baby krijgt al snel een eerste indruk van de dingen om hem heen. Een baby kan nog niet denken, maar neemt wel waar. Hij ziet, ruikt, voelt en proeft de dingen om hem heen, en doet iets met die dingen. Alles wat een baby ziet, wil hij pakken en in de mond stoppen. Hij leert wat de dingen zijn door ze te voelen. Door veel herhaling leert de baby eenvoudige begrippen. Bijvoorbeeld: ‘dit is wit en zit in een beker en is lekker (melk). Natuurlijk bedenkt de baby dit nog niet, maar hij legt wel het verband tussen melk en lekker.

Voor een baby tot ongeveer negen maanden bestaat iets alleen als hij het kan zien, horen, voelen enzovoort. Een popje dat onder een kleed ligt, ziet de baby niet en dus bestaat het niet voor hem. Ook al heeft hij het popje net zelf onder het kleed gelegd.

Een baby van zes maanden doet al geluiden na. Een baby van ongeveer tien maanden kan al de eerste woordjes zeggen. Meestal zijn dit woorden als: papa, mama, hond, eten enz. Aan het eind van de babyfase kan het kind al enkele woorden combineren. (mama - eten)

## De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling

Een hechtingsrelatie tussen baby en verzorgers is belangrijk voor de emotionele ontwikkeling. Een baby zal zich aan zijn verzorgers hechten als ze betrouwbaar zijn. Een moeder of vader die betrouwbaar is, geeft veiligheid. En veiligheid is de basis voor de gehechtheid van een kind. Dan durft hij er de wereld te ontdekken. Belangrijk bij de hechting is dat de baby te maken heeft met een klein groepje vaste verzorgers. Hierbij kunnen ook bijvoorbeeld de leidsters op een kinderdagverblijf horen.

Voor zijn sociale ontwikkeling is de baby afhankelijk van volwassenen. Spelen met andere baby’s kan hij nog niet. Een pasgeboren baby is al wel gericht op mensen. Hij kijkt meer naar het gezicht van een mens dan naar een ding. Hij trekt aandacht van mensen door geluiden te maken, te huilen of te lachen.

Vanaf ongeveer zes weken lacht de baby naar iedereen, maar vanaf ongeveer zeven maanden wordt hij eenkennig en doet hij dit niet meer. Door die eenkennigheid ontstaat ook de zogenaamde verlatingsangst. Het kind wil eigenlijk niet meer van de ouders of verzorgers gescheiden worden en kan gaan huilen.

Vanaf de geboorte heeft elk mens een eigen persoonlijkheid. Natuurlijk weet de baby nog niet dat hij een eigen ik-je heeft, maar het ene kind is duidelijk anders dan het andere kind.

Seksualiteit bestaat natuurlijk nog niet bij een baby. Maar wanneer we seksualiteit opvatten als het beleven van lust, dan is duidelijk dat een baby wel lust kan ervaren. Dat doet hij vooral via de mond door te zuigen en te sabbelen. Vandaar dat men deze fase ook wel de orale (mond) fase noemt.

Halima werkt in een kinderdagverblijf op de babygroep. De jongste baby is acht weken. Halima heeft altijd al met kleine kinderen willen werken, daarom heeft ze voor dit werk gekozen. ’s Morgens brengen de ouders de kinderen. De oudere baby’s huilen soms als hun vader of moeder weggaat, maar Halima weet dat dit vaak niet lang duurt. Zodra de ouders weg zijn nemen Halima en haar collega’s de zorg over. Dit betekent dat er regelmatig flesjes melk, hapjes en verschoning gegeven moeten worden. De jongere baby’s slapen nog vrij veel, maar er is wel duidelijk verschil tussen kinderen onderling. Het ene kind is meer wakker dan het andere. Een mooi moment vindt ze altijd als ze kinderen uit bed moet halen. Sommige kinderen liggen dan stralend te lachen. De baby’s die al langer op het kinderdagverblijf komen, herkennen Halima. Ze lachen, trappelen en strekken hun armpjes uit. Zo’n warm babylijfje dat lekker ruikt, vindt Halima heerlijk. Lichamelijk contact en knuffelen zijn erg belangrijk. Ze praat veel tegen de kinderen en legt uit wat er gaat gebeuren. Ze zeggen natuurlijk nog niets terug, maar soms begrijpen ze het wel. De oudere baby’s zeggen al woordjes.

De baby (van 0 – 18 maanden):

lichamelijke en motorische ontwikkeling:

* + groot hoofd in verhouding tot lichaam
  + snelle groei
  + van reflexen naar echte bewegingen
  + veel oefenen

verstandelijke of cognitieve ontwikkeling:

* + waarnemen en nog niet denken
  + alles in de mond stoppen.
  + veel herhalen = oefenen
  + van brabbelen naar woordjes

sociaal- emotionele en seksuele ontwikkeling:

* + hechting door veiligheid
  + eenkennigheid
  + ontwikkeling van eigen persoonlijkheid
  + orale fase



Wist je dat:

* Zachtjes zingen troost geeft aan een (zieke) baby.
* De baby de eerste uren of zelfs de eerste dag niets hoort doordat het vruchtwater nog achter het trommelvlies zit. Daarna ontwikkelt het gehoor zich snel.
* Een baby met ongeveer veertien maanden kan lopen.
* Massage goed is voor een baby.
* Een baby tot ongeveer anderhalf jaar een opening heeft bovenop de schedel, de fontanel.
* Baby’s al kunnen huilen in de baarmoeder.
* Een baby met ongeveer vier maanden al tandjes krijgt en vanaf ongeveer zeven maanden begint te kruipen.
* De mimiek (gezichtsuitdrukking) voor boosheid, angst, vreugde en verdriet aangeboren is en overal in de wereld bij mensen gelijk is.
* De baby veel leert door de hele dag te kijken hoe de verzorger dingen doet.
* Baby’s al voor de geboorte een voorkeur hebben voor zoet. Pas later komen daar andere smaken bij.
* De ademhaling van de baby op gang komt, doordat de navelstreng wordt doorgeknipt.
* Ook blinde baby’s glimlachen, omdat de glimlach bij iedereen aangeboren is.
* Een baby vier tot zes natte luiers per etmaal moet hebben?
* Er pas sprake is van een huilbaby als een baby drie uur per dag, drie dagen achter elkaar huilt.
* Er per uur 10.000 baby’s worden geboren op de hele wereld. Dat zijn drie baby’s per seconde.
* Je baby’s die kunnen zitten al een plezier kunt doen met een boekje dat voor hen geschikt is.
* Een baby zijn ouders 400 tot 750 uur nachtrust kost in zijn eerste levensjaar.



# De peuter

De peuterfase loopt van ongeveer anderhalf tot vier jaar.

## De lichamelijke en motorische ontwikkeling

De peuter kan al veel: zitten, staan, lopen, traplopen en fietsbewegingen maken. Dit zijn allemaal vaardigheden die te maken hebben met de grove motoriek. Een peuter heeft veel ruimte nodig om zijn grove motoriek verder te ontwikkelen. Peuters rennen, klauteren en klimmen en spelen graag buiten. Bij zoveel drang tot beweging is het belangrijk te letten op de veiligheid van de peuter. Denk bijvoorbeeld aan: traphekjes, stopcontactbeveiligers en het veilig maken van een tuinvijver. De fijne motoriek, zoals het vasthouden van een potlood, het bouwen met Duplo of het rijgen van kralen, is nog minder goed ontwikkeld.

## De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling

Peuters begrijpen en ontdekken de wereld om hen heen via de zintuigen. Ze zitten overal aan en steken veel in de mond. Zo leren ze steeds beter gladde, ruwe, zachte en andere voorwerpen van elkaar te onderscheiden.

De ontwikkeling van de taal betekent een grote verandering voor de verstandelijke ontwikkeling. Op de leeftijd van ongeveer twee jaar hebben peuters al een woordenschat van circa 200 woorden. Jonge kinderen leren het meest als iemand actief reageert op wat ze zeggen.

Een ander kenmerk van de peuterleeftijd is dat voor kinderen fantasie en werkelijkheid nog door elkaar lopen. We spreken wel van de ‘magische wereld’ van het kind, een wereld waarin alles kan. Deze magische wereld blijft bestaan tot het kind ongeveer zes jaar is. Tijdens de ontwikkeling leert het kind steeds beter de fantasie en de werkelijkheid te scheiden.

Mijn dochtertje had heel veel last van angst voor spoken en monsters, vooral als ze naar bed moest. Samen met haar heb ik een spoken- verjaagspray in elkaar geknutseld: gewoon een plantenspuit met water en verder niets. ‘s Avonds wordt er in alle vier de hoeken van de kamer en op de drempel gespoten, met een toverspreuk, en voilà, geen spoken meer te bekennen!

J. Hoekman, Heerhugowaard

Bron: http://www.ouders.nl

## De sociaal-emotionele en seksuele ontwikkeling

In sociaal opzicht lijken peuters negatief. Ze ontdekken dat ze macht kunnen hebben over hun wereld. Door steeds ‘nee’ te zeggen tegen hun moeder, kunnen ze haar tot wanhoop drijven. Daarom wordt ook deze fase ook wel de ‘koppigheidsfase’ of de fase van het ‘negativisme’ genoemd.

De peuter ontdekt dat hij iemand is, met een eigen naam. Een ‘ik-je’, met een eigen wil. “Ikke zelf doen”, zeggen peuters vaak. Het kind kan alleen nog maar vanuit zichzelf denken en kan zich niet inleven in een ander of bedenken wat iets voor een ander betekent. Daarom wordt de peuterfase ook wel de fase van het ‘egocentrisme’ (alles draait om mij) genoemd. De peuter doet dit natuurlijk niet opzettelijk, hij kan niet anders.

‘Ik ben iemand en ik kan dingen’ kan zelfvertrouwen geven. Maar niet alles lukt. Dit kan de bron zijn van de angst om te falen – faalangst - of misschien zelfs van een negatief zelfbeeld (niet positief maar negatief naar jezelf kijken. Bijvoorbeeld denken: Ik ben dom).

Peuters kunnen niet zomaar samen spelen. Dit moeten ze nog leren. Vooral jonge kinderen hebben vaak moeite om echt samen te spelen en te delen. Ook hier zie je dat ze sterk op zichzelf gericht zijn. Op ‘ik’ en op ‘dat is van mij’. Toch moeten peuters leren om samen te spelen en dingen samen te doen. Samen spelen leren peuters van volwassenen die zeggen wat de regels zijn en wat wel en niet mag.

De basisveiligheid van het kind ontwikkelt zich verder. Als er sprake is van een veilige hechting dan krijgt de peuter vertrouwen in volwassenen. Bij een onveilige hechting kan wantrouwen ontstaan.

Een peuter heeft nog niet echt een geweten. Zijn zelfbeheersing hangt nog sterk af van de goedkeuring of de afkeuring van de ouders. Een kind wil lief zijn, omdat het graag wil dat de ouders hem lief vinden. Dat betekent dat een kind bij afwezigheid van ouders regels kan gaan overtreden.

Bekend zijn ook de zogenaamde ‘peuterangsten’. Een peuter kan bang zijn voor bijvoorbeeld een groot meer, hij gaat dan maar tot zijn enkels in het water. Of hij is bang voor mensen die raar gekleed zijn of er vreemd uitzien. Het kind kan nog niet bedenken dat het hiervoor niet bang hoeft te zijn.

De seksualiteit heeft bij de peuter nog niets met geslachtsdelen te maken, maar met het zindelijk worden. De peuter moet leren zijn ontlasting op te houden en naar de wc te gaan. Dat gaat niet vanzelf, het kan angst opleveren voor die wc, want de peuter kan de werkelijkheid en de fantasie nog niet scheiden. Stel dat de wc mij wegspoelt! Van de andere kant zijn er ook lustgevoelens, bijvoorbeeld het kunnen laten gaan van ontlasting. Deze fase wordt ook wel de anale fase genoemd.

Anna werkt op een peuterspeelzaal. Ze assisteert de leidster Saskia. Nils is een peuter. Hij huilt vaak als zijn moeder weggaat. Moeder vindt het daarom moeilijk afscheid te nemen. Peuterleidster Saskia heeft moeder het advies gegeven om dit snel te doen. Als ze langer blijft, gaat Nils steeds harder huilen. Vandaag kalmeert hij snel nadat zijn moeder vertrokken is. Hij gaat spelen in de bouwhoek met Sem. Ze laten houten treinen rijden en hebben veel plezier. Ze kunnen al goed samen spelen. Dan komt Joost aanrennen. Hij rent dwars door de treinen heen, alles ligt door elkaar. Nils begint meteen te huilen en Sem wordt boos. Anna kalmeert de kinderen, terwijl Saskia Joost apart neemt om te zeggen dat dit echt niet mag. Anna ziet dat Sem een hand tussen zijn beentjes houdt. Ze weet dat hij net zindelijk is, maar soms gaat het nog mis omdat hij vergeet te plassen. Ze maakt hem hierop attent en hij holt naar de toiletten.

De peuter (van 1½ tot 4 jaar):

lichamelijke en motorische ontwikkeling:

* grove motoriek: zitten, staan lopen, fietsen
* ruimte nodig voor bewegen
* fijne motoriek minder ver ontwikkeld

verstandelijke of cognitieve ontwikkeling:

* sterke uitbreiding van woordenschat
* fantasie en werkelijkheid lopen door elkaar
* wereld ontdekken via zintuigen

sociaal-emotionele en seksuele ontwikkeling:

* nee zeggen en koppigheidsfase
* ontwikkeling van ‘ikje’
* veilige hechting is belangrijk
* samen spelen moet je leren
* zindelijkheid
* peuterangsten
* anale fase

Wist je dat:

* Er ook wel gesproken wordt over ‘peuterpubertijd’. Omdat peuters zo koppig zijn en vaak ‘nee’ zeggen.
* Driftbuien bij peuters te maken hebben met veel willen en nog niet kunnen.
* Veel peuters haren en nagels knippen eng vinden omdat ze denken dat het pijn doet.
* Peuters houden van herhaling en daarom steeds dezelfde video’s kijken, liedjes luisteren of boekjes ‘lezen’.
* Een kind door verkoudheid of een griepje tijdelijk een paar stapjes terug kan doen in zijn ontwikkeling.
* Het belonen van goed gedrag meer effect heeft dan straffen.
* Peuters gratis lid kunnen worden van de bibliotheek en dat dit geldt tot ze 18 jaar zijn?
* De meeste kinderen eerder zindelijk zijn voor ontlasting dan voor urine.
* Elke week ruim duizend baby’s en peuters in het ziekenhuis belanden na een ongeluk thuis?
* Er in Nederland per jaar zo’n 900 miljoen wegwerpluiers bij het afval belanden? Dat zijn tienduizend volle vrachtwagens.
* Wanneer een peuterleidster zich voor de ogen van de kinderen verkleedt als Sinterklaas de kinderen denken dat ze echt Sinterklaas is.

# http://www.opvoedinfo.nl/afbeeldingen/peuter-kleuter/spelen-en-vrienden/bouwen.jpgDe kleuter

De kleuterfase loopt van ongeveer 4 jaar tot 6 jaar.

## De lichamelijke en motorische ontwikkeling

Een kleuter groeit hard, hij schiet als het ware de lucht in. Met name de armen, benen en vingers groeien sterk en de molligheid van vroeger is nu echt verdwenen.

De grove motoriek is al goed ontwikkeld. Hij kan goed en gericht met iets gooien. Een kleuter wil graag en veel bewegen: in bomen en het klimrek klimmen, van de glijbaan glijden, fi etsen, gooien, vangen enzovoort. Zijn evenwichtsgevoel is verbeterd en hij houdt van avonturen. De kleuter zit op de basisschool, de wereld is groter geworden. Op school wordt in deze eerste jaren ook nog veel aandacht besteed aan het spelen en aan bewegen, zoals ravotten op het schoolplein.

Een kind van deze leeftijd heeft al een goed ontwikkelde fijne motoriek. Hij kan zijn veters strikken en een potlood vasthouden en met dat potlood kan hij al vrij precies tekenen. De kleuter ziet al veel details. Als hij ongeveer zes jaar is, kan hij letters en cijfers schrijven.

## De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling

Een kleuter kan al een heleboel, maar hij kan nog niet logisch denken. Dat komt pas later. Het kind ziet nog geen samenhangen of verbanden tussen oorzaak en gevolg. Dat betekent dat het nog niet denkt: als ik eerst dit doe, dan gebeurt er dat en daarna dat. Daarom zegt men ook wel dat de kleuter ‘pre-logisch’ (pre betekent voorafgaand) denkt. Hieronder zie je voorbeelden van deze manier van denken.

Neem een hoog smal glas en een laag wijd glas. Doe voor de ogen van kinderen in beide glazen evenveel water. Vraag aan een kleuter in welk glas het meeste water zit. Het kind zal antwoorden dat het hoogste glas het meeste water heeft, omdat hij ziet dat het water hier hoger staat.

Een kleuter zal ook zeggen dat 5 losse euro’s meer zijn dan een briefje van 5 euro. Of 4 knopen op een rij die ver uit elkaar liggen zijn meer dan 4 knopen op een rij die vlak bij elkaar liggen.

De woordenschat neemt sterk toe. Een kleuter van ongeveer vier jaar kent al zo’n 1500 woordjes. Hij kan dan al hele zinnen zeggen van meer dan zes woorden en krijgt gevoel voor de betekenis van woorden. Ook kunnen kleuters al hun eigen gevoelens onder woorden brengen en vertellen wat ze gedaan of beleefd hebben.

Kleuters zijn nieuwsgierig en willen veel weten. Daarom stellen ze veel ‘waaromvragen’ zoals: “Waarom kunnen dolfijnen niet lopen of waar komen de baby’s vandaan?” Informatie die ze krijgen zuigen ze op. Daarnaast hebben kleuters veel fantasie. Ze kunnen hele verhalen vertellen die voor een deel waar zijn en voor een ander deel fantasie. Dit verdwijnt steeds meer als de kleuter een schoolkind wordt.

Ruben van vier jaar gaat mee naar de begrafenis van oma. Hij beseft nog niet goed wat begraven en dood gaan betekenen, maar hij is er wel mee bezig sinds oma overleden is. Thuis heeft hij een goudvis. Tijdens de begrafenis vraagt hij aan zijn moeder of er ook een kerkhof voor goudvissen bestaat. Dezelfde Ruben heeft een fantasievriendje, een zelf bedacht vriendje. Zijn moeder weet dat en soms krijgt deze Robbie de schuld van dingen die Ruben heeft gedaan. “Ruben, je hebt over de wc-bril geplast”, zegt zijn moeder. “Dat heeft Robbie gedaan”, antwoordt Ruben. “Vraag dan maar aan Robbie of hij voortaan de bril omhoog wil doen”, zegt moeder

## De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling

De kleuter gaat naar de basisschool en raakt steeds meer gewend aan een grotere groep die steeds belangrijker wordt. Ze gaan in groepjes spelen en spelen rollen van volwassenen.

Bekend is het spel ‘vadertje en moedertje’.

Er kan nog gemakkelijk ruzie ontstaan, omdat ze nog niet zo goed kunnen onderhandelen met elkaar. Hierbij hebben ze de hulp van volwassenen nodig. In de loop van de tijd leren ze zich houden aan bepaalde vaste regels. Kleuters kunnen al omgaan met verboden en ze weten al beter het verschil tussen goed en kwaad. Maar het geweten is nog niet af. Zo zal een kleuter nog steeds een koekje uit de koektrommel pakken als zijn vader of moeder niet in de buurt is. Het zelfstandig geweten van een kind is pas ‘af’ als het kind ongeveer acht jaar is.

Kinderen nemen wat mag en wat niet mag in de eerste plaats over van hun ouders. Dit gebeurt door identificatie. Identificatie betekent dat je wilt zijn zoals iemand anders. Het lijkt op nadoen, maar het gaat verder. De peuter doet na of imiteert, de kleuter wil zijn zoals zijn ouders. Het jongetje identificeert zich met zijn vader, het meisje met haar moeder. Dan zie je ook dat sekse specifiek gedrag (behorend bij man of vrouw) overgenomen wordt van vader of moeder. Ook kleuters kunnen nog angstig zijn zonder echte reden.

Een kleuter is daarnaast erg bezig met het verschil tussen jongens en meisjes en heeft veel aandacht voor zijn geslachtsdelen. Hij vindt het prettig om hiermee te spelen. Daarom wordt deze fase ook wel de genitale fase genoemd.

Lisa, Dennis en Maartje zitten in de kleutergroep van een basisschool en spelen samen. Lisa heeft hakken aan en een mooie jurk. “Enne... dan ben jij de vader en ben ik... de moeder en dan is Maartje ons kind. En... dan was jij naar je werk geweest en dan kom jij thuis met de auto. Dan doen we dat dit de tafel is. En dan moet Maartje in de kinderstoel.”

Maar Maartje wil geen kind zijn en begint te protesteren. Lisa zegt: “Dan doen we dat jij een groot kind bent.” Dat vindt Maartje een beter idee, ze gaat meteen hoge hakken uitzoeken. Even later komt Dennis aanrennen terwijl hij luid ‘toet…toet’ roept.

Marjet, begeleidt de kinderen tussen de middag, ze ziet dat de kinderen leuk samenspelen. Soms moet ze bemiddelen bij ruzies, maar vandaag lossen ze het zelf op.

De kleuter (van 4 tot 46jaar):

lichamelijke en motorische ontwikkeling:

* snel groeien
* ontwikkeling fijne en grove motoriek
* veel bewegen
* grotere wereld

verstandelijke of cognitieve ontwikkeling:

* pre-logisch denken
* “waarom” vragen
* fantasie

sociaal-emotionele en seksuele ontwikkeling:

* spelen in groepjes
* rollenspelen
* identificatie met ouders
* sekse specifiek gedrag

Wist je dat:

* Kinderen pas vanaf 5 jaar leerplichtig zijn
* Kleuters in het begin zo moe kunnen zijn van een schooldag dat ze tijdens het avondeten in slaap vallen.
* Er vroeger een speciale school was voor kleuters: de kleuterschool. Nog langer geleden heette deze school de bewaarschool.
* Het voor kleuters goed is om elke dag op dezelfde tijd te eten.
* Het belangrijk is een kind niet te dwingen iets te eten dat hij of zij echt niet wil.
* Kinderen eerder kunnen tellen dan lezen.
* Een bouwhoek op de basisschool belangrijk is voor het verder ontwikkelen van de fijne motoriek en de oog-handcoördinatie;
* Bedtijd iets typisch westers is? In veel landen bestaat het niet. Daar gaan mensen, ook kinderen, gewoon slapen als ze moe zijn.
* Fluisteren de aandacht trekt van een kind.
* Kleuters die bang zijn voor bloed, minder bloed kunnen zien op een rood washandje.

# Het schoolkind

We spreken van een schoolkind bij een leeftijd van ongeveer 6 tot 12 jaar.

[](https://www.google.nl/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwip94Sg34nPAhVDWBoKHTM_BKAQjRwIBw&url=https://www.youtube.com/watch?v%3DKySVlLFbl0Q&psig=AFQjCNELll11DdpiGENLSwLAyPUjVg40mw&ust=1473766783161742)

## De lichamelijke en motorische ontwikkeling

Het schoolkind ontwikkelt zich op het gebied van de motoriek steeds verder. De kinderen worden leniger, behendiger en sterker. Ze groeien flink in de lengte, willen nog steeds veel bewegen en oefenen. Het gaat vanzelf, maar door al dit oefenen wordt hun motoriek steeds beter. Dat geldt ook voor het evenwichtsgevoel. Er zijn natuurlijk grote verschillen tussen kinderen van zes jaar en twaalf jaar, maar het willen bewegen geldt voor de meeste kinderen. Dat kun je mooi zien op elk schoolplein van een basisschool.

Tot ongeveer tien jaar verloopt de ontwikkeling van jongens en meisjes bijna gelijk. Daarna gaat de ontwikkeling van de meisjes opeens veel sneller. Meisjes in groep 8 van de basisschool zijn groter en rijper dan de jongens.

De fijne motoriek wordt steeds preciezer, het schrijven wordt beter en mooier. Van bijvoorbeeld lego kunnen kinderen steeds mooiere en fijnere bouwwerken maken.

## De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling

Schoolkinderen leren steeds beter lezen en schrijven. De taalontwikkeling gaat verder en kinderen kunnen zich beter uiten.

Een schoolkind kan een paar stappen vooruit of achteruit denken. Optellen, aftrekken en vermenigvuldigen worden mogelijk. In het begin gaat dit heel concreet. Bijvoorbeeld met appels en peren. Later komen de cijfers die verwijzen naar de appels en peren.

Kinderen in de leeftijd van zes tot twaalf jaar leren veel door herhaling . Dat doen ze thuis en op school. Ze kunnen vragen of problemen logischer oplossen dan de kleuter maar toch hebben ze nog steeds concrete voorbeelden nodig.

Ruben is acht jaar. Hij krijgt drie stokjes van verschillende lengte. De juf vertelt dat stokje a langer is dan stokje b. Stokje b is weer langer dan stokje c. De juf zegt dat stokje a langer is dan stokje c. Ruben begrijpt dit. Daarna legt de juf Ruben de volgende vraag voor. Fred is groter dan Klaas en Klaas is groter dan Jan. Wie is het grootst? Hierop kan Ruben geen antwoord geven. Hij heeft grote moeite met deze vraag

Waarom heeft Ruben moeite met deze vraag? De stokjes kan hij zien. Maar Fred, Klaas en Jan niet. Hij kan zich ook geen voorstelling van hen maken. Een jong schoolkind heeft dus nog sterk voorbeelden nodig die hij kan zien. Op latere leeftijd neemt die behoefte af en kan hij meer abstract denken.

Kinderen op de basisschool zijn erg gericht op feiten en op weten. Was er bij de kleuter nog sprake van een magische wereld, het schoolkind is gericht op de realiteit. Daarom vraagt hij vaak naar het ‘waarom’ of naar feiten.

## De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling

Op emotioneel gebied wordt het kind steeds zelfstandiger. Maar zeker het jongere schoolkind is nog kwetsbaar, bijvoorbeeld wanneer het gepest wordt of wanneer het leren niet goed gaat. Op deze leeftijd zijn kinderen erg gevoelig voor iets moeten doen wat ze niet willen, en voor het uit de toon vallen. Een gekke naam, dik zijn, rare kleren aanhebben, het zijn vaak oorzaken van veel kinderzorgen. Samen spelen is belangrijk. Er ontstaan vriendenclubjes die elkaar ook buiten school zien. Kinderen worden lid van sport- of andere clubs. Ze leren een muziekinstrument bespelen of hebben een andere hobby. In clubs leren ze ook samenwerken en omgaan met andere kinderen. Spelregels zijn belangrijk en ze kunnen zich hier over het algemeen goed aan houden. Soms bedenken ze zelf regels voor spelen die ze zelf bedenken. Er wordt wel eens gezegd dat schoolkinderen een druk leven hebben, omdat ze tegenwoordig veel moeten.

In deze fase ontwikkelt een kind zelfvertrouwen en vertrouwen in anderen. Zelfvertrouwen wil zeggen dat je denkt dat je een situatie in je eentje kunt klaren. Vertrouwen in anderen betekent dat je er van uit gaat dat anderen je wel zullen helpen als je het moeilijk hebt. Zelfvertrouwen en vertrouwen in anderen ontwikkelen zich hand in hand. Hoe meer een kind anderen durft te vertrouwen die hem positieve bevestiging geven, hoe groter het zelfvertrouwen zal worden. Aan de basis hiervan ligt de hechting uit de jonge jaren.

Het kind heeft rond de leeftijd van acht jaar een zelfstandig geweten. Het weet wat mag en wat niet mag en wat kan en wat niet kan. Het krijgt ook steeds meer interesse in de wereld. Een kind in de hogere klassen van de basisschool kan zich soms ook erg bezorgd maken over de toestand in de wereld of over dierenleed.

Een veilig thuis blijft voor het kind de basis. Van daaruit gaat hij de wereld verkennen.

De seksualiteit staat op een laag pitje. Het kind is druk met het opdoen van kennis en ervaringen. Men noemt deze periode wel de latentietijd. Latent betekent: onder de oppervlakte aanwezig, verborgen. De seksualiteit is er wel, maar niet zichtbaar. Wel willen kinderen van deze leeftijd veel weten. Ook op het gebied van seksualiteit.

Het schoolkind (van 6 – 12 jaar):

lichamelijke en motorische ontwikkeling:

* snelle groei
* veel bewegen
* na 10 jaar ontwikkelen meisjes zich sneller
* goed ontwikkelde fijne motoriek

verstandelijke of cognitieve ontwikkeling:

* steeds beter lezen, schrijven en rekenen
* concreet denken
* veel herhalen
* gericht op feiten en willen weten

sociaal-emotionele en seksuele ontwikkeling:

* zelfstandiger
* ontwikkeling zelfvertrouwen
* zelfstandig geweten
* in groepen spelen
* zich aan regels houden
* latentietijd

Wist je dat:

* Kinderen van de basisschool gek zijn op wist-je-dat vragen, omdat ze graag veel willen weten.
* 27% van de kinderen op de basisschool zegt dat ze wel eens gepest worden. Dat zijn zes tot acht kinderen in elke klas.
* Kinderen met een lichamelijke handicap vijf keer meer kans hebben om te worden gepest.
* 98% van de kinderen in Nederland internet gebruikt.
* Nederlandse kinderen gemiddeld 105 minuten per dag televisie kijken.
* Nederlandse kinderen vijftig procent minder buiten spelen dan twintig jaar geleden.
* Kinderen pas voldoende bewegen wanneer ze dit een uur per dag doen en dan minimaal op vijf dagen van de week.
* Er een site bestaat over de rechten van het kind: http://www.derechtenvanhetkind.nl.
* Er een dag is van de rechten van het kind. Die dag is elk jaar op 20 november.
* 6 tot 7 % van de kinderen van zeven jaar nog bedplast. Meestal gaat het vanzelf over.
* Een pak slaag een slecht middel is om kinderen op te voeden.
* Ongeveer 50.000 kinderen per jaar slachtoffer zijn van kindermishandeling.
* Een verhuizing voor een kind zeer ingrijpend kan zijn.
* Ouders het opvoeden van kinderen tegenwoordig moeilijker vinden dat vroeger.
* Kinderen vaak meer kunnen dan volwassenen denken.
* Er op de wereld nog 317 miljoen kinderen zijn die kinderarbeid verrichten.
* Sesamstraat bij kinderen van alle leeftijden populair is.

# De puber

De puberteit loopt van 12 tot ongeveer 16 jaar.

## De lichamelijke en motorische ontwikkeling

In deze fase zijn er grote lichamelijke veranderingen. Aan het begin van de puberteit zien we een groeispurt, dan eet de puber veel. Omdat de armen en de benen sterk groeien in verhouding van de rest van het lichaam, is de puber lichamelijk uit evenwicht. Hij voelt zich onhandig en doet onhandig. Het uiterlijk kan een probleem zijn door bijvoorbeeld jeugdpuistjes, teveel of te weinig baardgroei bij jongens of het gevoel hebben dat de piemel of te groot of te klein is. Ook meisjes kunnen tobben met hun uiterlijk: te dik of te dun, te grote of juist te kleine borsten. Dit alles kan leiden tot onzekerheid.

Lichamelijke veranderingen beginnen bij meisjes zo’n twee jaar eerder dan bij jongens. Meisjes zijn lichamelijk ook eerder volwassen. Bij meisjes is dat met ongeveer vijftien jaar, bij jongens rond zestien jaar. Er zijn tussen pubers onderling wel grote verschillen. Een jongen van dertien jaar kan al erg groot zijn, terwijl een andere jongen uit dezelfde klas nog een kind van de basisschool lijkt. Sommige pubers hangen veel, want groeien kost energie.

## De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling

De puber kan verbanden leggen. Hij kan leren omgaan met abstracte begrippen, als liefde, jaloezie en rechtvaardigheid. Abstracte begrippen kun je niet zien, ze zijn niet concreet. Een voorbeeld van een abstract denken is dat je de moraal (de diepere betekenis) uit een sprookje kunt halen.

Een schoolkind dat een rekensommetje in zijn hoofd maakt doet dit door bijvoorbeeld appels en peren voor zich te zien, concreet dus. Een puber hoeft dat niet meer. Hij kan denken in symbolen. Een puber kan ook nadenken wat het beste is voordat hij iets gaat doen. En als blijkt dat het niet goed is, kan hij zijn handelen aanpassen.

Vaak hebben pubers een brede interesse en een enorm geheugen.

## De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling

De normen en waarden van de ouders staan onder druk. Jongeren in deze fase willen graag zelf bepalen wat belangrijk is. Dat kan conflicten en ruzie geven. Met hun ouders, maar ook met bijvoorbeeld docenten. Pubers kunnen uitgesproken meningen hebben en extreme standpunten verkondigen. Ze kunnen zich vaak niet goed verplaatsen in het standpunt van de ander. Daarom noemt men deze periode ook wel de tweede koppigheidsfase. De eerste koppigheidsfase zagen we bij de peuter.

Leeftijdsgenoten en vriendenclubs zijn belangrijk voor de puber. Met hen wil hij zich identificeren. Vaak zie je verschillende groepen zoals: alternativo’s, ‘studjes’ of sportieve jongeren. Door o.a. zijn kleding laat de jongere zien bij welke groep hij wil horen.

[](https://www.google.nl/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwi6m_L634nPAhXGPxoKHU1dCNkQjRwIBw&url=https://nl.wikipedia.org/wiki/Alternatieve_cultuur&bvm=bv.132479545,d.d2s&psig=AFQjCNE2aFncXPkJBNFs51-kzEhpN0UvoA&ust=1473766964352863)

Emotioneel is de puber uit evenwicht, grote hormonale veranderingen veranderen zijn lichaam. Dat kan onzeker maken. De puber maakt zich steeds meer los van zijn ouders en wordt zelfstandiger. Dat losmaken gaat niet altijd vanzelf, maar het hoort erbij. De seksualiteit ontwaakt. In de puberteit worden jongens en meisjes geslachtsrijp, d.w.z. dat de jongens kinderen kunnen verwekken en de meisjes ze kunnen krijgen. Zaken als zoenen en seks staan in de belangstelling. Deze fase wordt ook wel de genitale fase genoemd.

Aamil loopt stage als medewerker maatschappelijke zorg bij een buurthuis. Op dinsdagavond is er een avond voor jongeren van 12 tot 16 jaar. Er wordt muziek gedraaid en soms gedanst. Enkele jongeren skaten op het pleintje voor het clubhuis. Aamil heeft al eens geïnformeerd of de activiteiten niet uitgebreid kunnen worden. “Dat hebben we al vaker geprobeerd”, zei zijn baas Harrie, “maar dat lukt alleen als jongeren het zelf willen en gemotiveerd zijn. Daarom geven we hen inspraak.” Aamil ziet de jongens en meisjes met elkaar praten in groepjes. Ze lachen en hebben plezier. Hij denkt: “Waarom is dat eigenlijk niet genoeg?”

De puber (van 12 – 16 jaar):

lichamelijke en motorische ontwikkeling:

* sterke groei
* onhandig en slungelig
* hormonale veranderingen

verstandelijke of cognitieve ontwikkeling:

* abstract denken
* brede interesse, goed geheugen
* ziet gevolgen van daden

sociaal-emotionele en seksuele ontwikkeling:

* zoeken naar eigen normen en waarden
* onzekerheid
* moeilijk verplaatsen in de ander
* opstandig
* vrienden worden steeds belangrijker
* interesse in andere geslacht
* geslachtsrijp
* genitale fase

Wist je dat:

* Penis in het Latijn ‘staart’ betekent.
* Als een puber zich vanaf het begin niet zou scheren, hij over bijna 70 jaar een baard heeft van 9 meter.
* Veel pubers zichzelf lelijk vinden.
* Nederlanders gemiddeld de langste mensen ter wereld zijn.
* Ogen altijd even groot blijven, terwijl je neus en oren doorgroeien.
* Opvattingen over seks en relaties in tv-programma´s de mening van pubers beïnvloeden.
* Er sinds 1 januari 2005 een wet is waarin staat dat iedereen vanaf 14 jaar zich moet kunnen identificeren.
* Je met het jeugdstrafrecht te maken krijgt bij overtreding van de wet als je tussen 12 en 18 jaar oud bent.
* Meisjes tegenwoordig eerder in de puberteit komen dan vroeger.
* Amerikaans onderzoek heeft aangetoond dat onze hersenen in de puberteit heel erg veranderen.
* Er blijvende hersenschade kan optreden door alcoholgebruik op jonge leeftijd.
* De jongeren van tegenwoordig ook wel ‘de generatie Einstein’ worden genoemd omdat ze slim, snel en sociaal zijn en vele dingen tegelijkertijd kunnen (mailen, telefoneren, T.V. kijken enz.).
* Pubers regels prettig vinden omdat het anders uit de hand loopt.
* Het zakgeld van jongeren van 12 tot 14 jaar ongeveer 600 euro per jaar bedraagt.

# De jongvolwassene

Deze leeftijdsfase loopt van ongeveer 16 tot ongeveer 21 jaar.

## De lichamelijke en motorische ontwikkeling

Sommige jongens groeien nog, maar over het geheel genomen is het lichaam nu een volwassen lichaam, krachtig en vol energie.

## De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling

De jongvolwassene zit vaak nog op school. Hij of zij mag trouwen en een overeenkomst afsluiten, maakt huiswerk en gaat in het weekend uit.

Op verstandelijk gebied kan de adolescent - deze fase wordt ook wel de adolescentie genoemd – nog meer aan. Hij kan zich met moeilijker vraagstukken bezighouden. Dat betekent niet dat hij intelligenter wordt. Hij kan meer doen met zijn intelligentie. Ook heeft hij meer kennis dan de puber. Aandacht en het concentratievermogen nemen toe, hetzelfde geldt voor het geheugen. Een jongvolwassene kan hij beter systematisch werken dan de puber. Dat is handig als je op school zit of voor een beroep leert.

De adolescent kan, net als de puber, abstract denken. Abstracte begrippen als rechtvaardigheid, vriendschap en gelijkwaardigheid krijgen nu echt betekenis.

Een ander verstandelijk vermogen dat aanwezig is, heet metacognitie. Dit betekent dat je kunt denken over je eigen manier van denken. De adolescent weet hoe hij leert en kent zijn sterke en zwakke kanten.

[](https://www.google.nl/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwj3g-DH4InPAhUEOhoKHZ4kDQ8QjRwIBw&url=http://medicine.utah.edu/pediatrics/adolescent_medicine/&psig=AFQjCNFPCIhwiX3c9ZTI17PO1Gy97UzJxQ&ust=1473767127236819)

## De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling

De sociale cognitie, de mensenkennis, neemt toe. De adolescent ontdekt hoe hij zelf in elkaar steekt (zelfkennis) en hoe hij omgaat met anderen. Hij kan anderen inschatten en weet wat hij kan verwachten. Hij kan zich nu ook echt in anderen verplaatsen. Dat wordt ‘empathie’ genoemd. Je kunt je pas empathisch opstellen als je los kunt staan van je eigen wereld die alleen om jou draait.

Het zoeken naar eigen identiteit staat centraal. Vragen als ‘wie ben ik’ en ‘wat is de zin van mijn leven’ houden de jongvolwassene bezig. Hij verdiept zich in de levensvragen en dit kan twijfels en onzekerheid oproepen.

Daarnaast is hij bezig met zich emotioneel los te maken van zijn ouders, hij gaat relaties met leeftijdsgenoten aan, bereidt zich voor op een beroep en het dragen van verantwoordelijkheid.

De puber experimenteert op seksueel gebied, de jongvolwassene kan dit ook doen. Maar in deze fase ontstaan ook duurzame relaties. De jongvolwassene kan toe zijn aan de keuze voor een partner.

Rudi is 19 jaar, hij is verstandelijk gehandicapt. Hij kan minder goed denken dan zijn leeftijdgenoten en helemaal zelfstandig zal hij nooit kunnen wonen. Lichamelijk gezien is hij even ver ontwikkeld als zijn leeftijdgenoten die niet verstandelijk gehandicapt zijn. Twee keer per week gaat hij naar de sportschool samen met zijn moeder, want hij heeft de aanleg tot dik worden. Moeder merkt dat Rudi de laatste tijd opstandig is. Eigenlijk wil hij het liefst met leeftijdsgenoten naar de sportschool en niet met zijn moeder. Moeder denkt: “Rudi is verstandelijk gehandicapt, maar ontwikkelt zich natuurlijk ook op sociaal en emotioneel gebied. “ De ouders denken veel na over de toekomst van Rudi. Zal hij ooit zelfstandig kunnen wonen? Op een dag lezen ze in de krant dat een ouder in hun dorp een woonvorm wil opzetten voor jonge mensen met een verstandelijke handicap. Moeder en vader besluiten contact op te nemen.

De jongvolwassene (van 16 – 21 jaar):

lichamelijke en motorische ontwikkeling:

* volgroeid

verstandelijke en cognitieve ontwikkeling:

* leren voor een beroep
* kennis neemt toe
* abstract denken
* goede aandacht en concentratievermogen

sociaal-emotionele en seksuele ontwikkeling:

* meer mensenkennis
* meer zelfkennis
* empathie
* zoeken naar identiteit
* losmaken van ouders
* relaties aangaan

Wist je dat:

* Adolescentie afgeleid is van ‘adolescere’. Dit betekent: “opgroeien”.
* 92% van de jongeren tussen de 15 en 25 alcohol drinkt.
* 10 tot 20% van de jongeren last heeft van depressieve klachten. Dat zijn zo’n 80.000 jongeren per jaar.
* Jongeren veel meer onderling contact hebben dan vorige generaties, dankzij mobieltjes en internet.
* Een kwart van alle dodelijke slachtoffers in het verkeer tussen de 15 en 25 jaar oud is.
* Je onder de 18 jaar niet mag werken met giftige stoffen.
* Er nog nooit zoveel gelezen en geschreven is als nu, dankzij internet.
* 40 % van de 18 jarigen wel eens drugs heeft gebruikt.
* Jongeren hun eigen taalgebruik hebben ontwikkeld, dankzij internet en sms.
* Jongvolwassenen tegenwoordig meer sporten dan vroeger.
* Adolescenten, vergeleken met andere groepen veel schrijven in dagboeken.

# De volwassene

De volwassenheid is de leeftijd van 21 tot ongeveer 55 jaar.

## De lichamelijke en motorische ontwikkeling

Volwassenen zijn en voelen zich meestal lichamelijk fit en energiek. Toch gaat het lichaam achteruit vanaf ongeveer 35 jaar. De kracht en het uithoudingsvermogen nemen af, mensen worden dikker, de eerste rimpels en grijze haren dienen zich aan.

Meestal luidt het wegblijven of onregelmatig worden van de menstruatie bij vrouwen de ‘menopauze’ in. Dit betekent dat de vrouw niet langer vruchtbaar is. Bij de meeste vrouwen gebeurt dit tussen hun 45e en 55e jaar. Dit gaat niet van de ene op de andere dag, maar kan jaren duren. Vrouwen kunnen als gevolg hiervan veel klachten hebben zoals: opvliegers, veel transpireren, hoofdpijn of spier- en gewrichtspijnen. De man blijft wel vruchtbaar.

## De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling

De verstandelijke ontwikkeling staat niet stil. Het inzicht van volwassenen neemt toe. Ze krijgen steeds meer ervaring en kunnen deze nog beter gebruiken dan de jongvolwassene. Toch neemt de volwassene als hij ouder wordt minder snel informatie op en het geheugen neemt langzaam af.

## De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling

De volwassene werkt. Dat betekent niet dat hij uitgeleerd is. Tegenwoordig zien we dat mensen een leven lang blijven leren om bij te blijven.

De levensstijl is een keuze. “Ik ga naar de hervormde kerk, ik ben Ajaxsupporter of ik stem op een bepaalde politieke partij.” De volwassene maakt keuzes en sluit zich bij bepaalde groepen of stromingen aan.

Tussen ongeveer 25 en 40 jaar staat het organiseren van het leven met een partner en kinderen voorop. Veel mensen hebben een baan en dit moet gecombineerd worden met een gezin, hobby’s, vrienden en kennissen. Er moet veel georganiseerd worden, zeker rondom kinderopvang. Dit betekent een druk leven.

[](https://www.google.nl/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwji0Zb34InPAhWEuhoKHWl3CFsQjRwIBw&url=http://www.doktersabc.nl/midlifecrisis/&psig=AFQjCNHSoYgBNvghQNhqhiYX4qj6c_ZMBg&ust=1473767212365414)

Na ongeveer het veertigste levensjaar gaan mensen terugkijken. Heb ik wel de juiste keuzes gemaakt? Was het het waard om zo hard te werken? Wil ik met deze partner wel verder de rest van mijn leven? Het zijn belangrijke levensvragen. Soms leiden ze tot antwoorden die men liever niet had gekregen. Dan kan iemand depressief worden. We spreken wel van een midlifecrisis. Na deze periode volgt vaak een periode van emotionele rust en stabiliteit.

Seksualiteit wordt door veel volwassenen binnen een vaste relatie beleefd. Door de komst van de pil en andere voorbehoedmiddelen is seksualiteit niet alleen maar verbonden aan voorplanting, seks is er ook om van te genieten.

Asley werkt al enkele jaren in de thuiszorg. Ze is getrouwd met Emre. Ze hebben twee dochtertjes – Ayla en Esma van zes en drie jaar. Sinds de geboorte van de kinderen is het moeilijker voor Asley om haar werk te combineren met haar gezin. Haar oudste dochter gaat naar school en haar jongste dochter brengt ze naar een oppasmoeder. Omdat ze om 8 uur ’s morgens moet beginnen, staat ze om 7 uur op. Emre is er ’s morgens niet. Hij begint al om 6 uur. Een voordeel is dat hij ’s middags vroeg vrij is, hij kan de kinderen ophalen. Ayla en Esma worden gedoucht en aangekleed en daarna volgt het ontbijt. Vervolgens brengt ze de kinderen weg en om 8 uur belt ze aan bij haar eerste cliënt van die dag. Ze heeft er al een uur hard werken opzitten. Mevrouw Donkers weet dat en vraagt of ze eerst een kopje thee wil.

Graag!

De volwassene (van 21 – 55 jaar):

lichamelijke en motorische ontwikkeling:

* fit, energiek
* vanaf 35 jaar minder uithoudingsvermogen en eerste rimpels
* menopauze vrouwen tussen 45 en 55 jaar

verstandelijke of cognitieve ontwikkeling:

* steeds meer inzicht
* steeds meer ervaring
* een leven lang leren

sociaal-emotionele en seksuele ontwikkeling:

* werken
* keuze levensstijl
* eigen gezin
* veel organiseren
* seks binnen vaste relatie

Wist je dat:

* Nederlanders gemiddeld de langste mensen ter wereld zijn?
* Nederlanders bijna 8 uur per etmaal in bed doorbrengen. Daarmee zijn we zo’n beetje de langste slapers ter wereld.
* Je hoofd ongeveer 4 kilo weegt, inclusief de hersenen die gemiddeld 1,3 kilo wegen.
* Nederlanders gemiddeld 3 a 4 keer per jaar verkouden zijn.
* Optimisten gelukkiger zijn dan pessimisten.
* 41% van alle volwassenen in Nederland een of meerdere keren in zijn leven een psychische stoornis krijgt.
* Iedere Nederlander 126 liter water per dag verbruikt. 40% wordt gebruikt om jezelf te wassen, 27% om het toilet door te spoelen en 24% voor de was en afwas.
* Twee ons groente per dag en twee stuks fruit per dag goed zijn voor een mens.
* De Nederlandse bevolking steeds ouder wordt.
* Hersenen voor 80 % uit water bestaan.
* 50 % van de volwassen Nederlanders overgewicht heeft.
* Vrouwen in vergelijking met vroeger steeds meer werken.

# http://www.eenmanszaakoprichten.nl/wp-content/uploads/belastingvoordeel.jpgDe oudere

Hieronder verstaan we de leeftijdsfase van 55 jaar en ouder.

Men spreekt ook wel van bejaarden na een leeftijd van ongeveer 65 tot 70 jaar.

## De lichamelijke en motorische ontwikkeling

Bij de lichamelijke en motorische ontwikkeling maakt het natuurlijk veel uit of het gaat over iemand van 55 jaar of van 85 jaar. Tegenwoordig staan mensen van 55 jaar nog volop in het leven en ze zien er vaak niet echt oud uit. Bij iemand van 80 jaar kun je toch wel spreken van ‘oud’.

Hoe oud iemand zich voelt hangt sterk af van de beleving en het leven dat iemand leidt. Ook de lichamelijke conditie speelt een rol. Tegenwoordig zie je dat ook veel oudere mensen sporten en veel bewegen waardoor ze langer fi t blijven.

Toch zijn er lichamelijke veranderingen. Na ongeveer het zestigste levensjaar gaat de lichamelijke conditie verder achteruit. Het gehoor- en het gezichtsvermogen worden minder. Veel oudere mensen hebben na hun vijftigste een bril nodig om te kunnen lezen. De bloeddruk stijgt en de spierkracht wordt minder. Reacties zijn trager. Grijze haren zijn nu volop aanwezig en rimpels nemen toe. Er is een kans op slijtage van gewrichten (artrose genoemd) . Het afweersysteem wordt minder waardoor er minder weerstand is tegen infecties. Ouderen zijn over het geheel genomen vaker ziek dan jongeren en moeten vaker een beroep doen op artsen en ziekenhuizen.

## De verstandelijke of cognitieve ontwikkeling

Ook op verstandelijk gebied is er een teruggang, maar deze gaat veel minder hard dan op lichamelijk terrein. Mensen kunnen tot op zeer hoge leeftijd veel presteren. Denk aan: politici, schrijvers, hoogleraren of mensen in de top van het bedrijfsleven. Daar zitten veel oudere mensen tussen. Als je ouder wordt heb je veel levenservaring die goed van pas komt in dergelijke beroepen.

Wel wordt het geheugen minder en kost het meer tijd om nieuwe informatie op te nemen. Soms kan vergeetachtigheid ontstaan. Veel erger dan vergeetachtigheid is dementie. Dit is een ouderdomsziekte. De verstandelijke vermogens gaan dan achteruit en ook de persoon verandert.

## De sociaal-emotionele ontwikkeling en de seksuele ontwikkeling

Oudere mensen hebben natuurlijk een heel leven achter zich. Het leven is rustiger geworden en de stress van een gezin is verdwenen. Partners krijgen weer meer tijd voor elkaar en de kinderen zijn zelfstandig. Dit kan betekenen dat een oudere zich emotioneel zeer prettig voelt. Ook de druk en de wil om te presteren wordt vaak minder. Dit alles kan rust geven. Een oudere kijkt vaak terug op zijn leven, omdat hij nu eenmaal veel meer leven achter zich heeft dan voor zich. Dan kan hij ervaren dat niet alle dromen zijn uitgekomen. De ene persoon berust hierin en beoordeelt het leven met mildheid. Een ander kan dit misschien moeilijk accepteren en voelt zich ontevreden.

Naarmate iemand ouder wordt, staat hij natuurlijk vaker stil bij de dood. Zeker als een partner of broers, zussen of vrienden overlijden. Ook de eigen dood komt dichterbij. Sommige ouderen van 70 jaar en ouder zijn eenzaam omdat hun wereld erg klein is geworden en omdat ze niemand over hebben. Ouderen hebben minder behoefte aan sociale contacten dan jongere mensen. Dit maakt ook dat hun wereld kleiner wordt. Natuurlijk zijn hier ook veel verschillen tussen mensen. De ene persoon kan goed alleen zijn, de andere persoon heeft graag mensen om zich heen.

De seksualiteit kan tot op hoge leeftijd doorgaan. Wel wordt de behoefte minder naarmate de leeftijd vordert.

De oudere (ouder dan 55 jaar):

lichamelijk en motorische ontwikkeling:

* achteruitgang lichamelijke functies
* minder afweer

verstandelijke of cognitieve ontwikkeling:

* nog grote prestaties
* wel minder onthouden
* levenservaring is belangrijk
* soms vergeetachtig

sociaal-emotionele en seksuele ontwikkeling:

* nieuwe fase, kinderen zijn de deur uit
* tijd voor hobby’s
* minder stress
* meer bezig met de dood
* minder behoefte aan sociale contacten

Wist je dat:

* Nederlanders vanaf 65 jaar recht hebben op AOW.
* Op dit moment rond 3,5 miljoen mensen van 55 jaar en ouder in Nederland wonen.
* Er ook een opleiding ‘ouderenadviseur’ bestaat. Het is een HBO opleiding.
* www.vitaal.nl een site is voor mensen boven de 50 jaar.
* Ook ouderen mishandeld worden.
* Er in de leeftijdsgroep van 80+ twee keer zoveel vrouwen als mannen zijn.
* Het aantal ouderen dat zelfstandig woont, blijft toenemen.
* De bibliotheken veel grote letter boeken hebben voor mensen die minder goed kunnen zien.
* MAX een omroep is die speciaal is opgericht voor mensen boven de 50 jaar.
* Ongeveer 250.000 mensen een vorm van dementie hebben.
* Er ook dating-sites op internet bestaan voor ouderen.
* Ouderen gratis een griepprik kunnen halen.
* Er voor mensen vanaf 70 jaar een medische keuring plaatsvindt bij verlenging van het rijbewijs.