



I Gesprekskaarten: samen naar zelfredzaamheid

BRON: Expertisecentrum Kinderopvang, 2025

Samenwerking tussen ouders en pedagogisch professionals, gecombineerd met kennis van ontwikkelingsfasen, bevordert de zelfredzaamheid van kinderen. Deze gesprekskaarten helpen inzicht te krijgen in de huidige ontwikkelingsfase van het kind en wat er nodig is voor de volgende stap.



VOOR WIE

Pedagogisch coach en pedagogisch professionals



DOEL

Het bevorderen van een gezamenlijke aanpak tussen ouders en pedagogisch professionals, waardoor kinderen gestimuleerd worden in hun zelfredzaamheid en ontwikkelingsstappen thuis en op de opvang worden ondersteund.



WAT

Een set gesprekskaarten per domein van zelfredzaamheid (eten/drinken, zindelijkheid/persoonlijke hygiëne, aankleden, zorg voor de ruimte) met een overzicht van de bijbehorende ontwikkelingsfasen. De kaarten maken de ontwikkeling van het kind inzichtelijk, ondersteunen het gesprek met ouders en helpen samen concrete vervolgstappen vast te leggen in het bijbehorende invulformulier.



WERKWIJZE

Print de gesprekskaarten en het invulformulier en kies één of meerdere ontwikkelingsdomeinen. Gebruik de kaarten tijdens oudergesprekken om te bespreken wat het kind kan en nodig heeft, leg doelen vast op het formulier en spreek een terugkommoment af; de kaarten kunnen ouders ook mee naar huis krijgen.



GOED OM TE WETEN

- De gesprekskaarten hebben een aanmoedigend karakter: elk kind ontwikkelt zich op het tempo dat bij hem of haar past. Er is veel variatie tussen kinderen, en een afwijking van het overzicht van fasen is daarom geen directe reden tot zorg.
- Afstemming tussen thuis en de opvang versterkt zelfredzaamheid.
- Kennis van de ontwikkelfase helpt bij het bepalen van passende ondersteuning.
- Het gesprek helpt ouders en professionals gezamenlijk te bepalen wat de volgende stap in de ontwikkeling van het kind is en ondersteunt het voorkomen van eventuele achterstanden.

Wanneer zet je ze in?

Gebruik de gesprekskaarten tijdens oudergesprekken om de ontwikkeling van het kind te bespreken. Ook kunnen de kaarten ingezet worden wanneer een kind overgaat naar een andere groep binnen de opvang of juist nieuw start.

Vorbereiding:

1. Print de gesprekskaarten uit en lamineer de kaarten zodat ze meerdere keren gebruikt kunnen worden.
2. Print ook het invulformulier uit.
3. Kies één of meerdere ontwikkelingsdomein(en) van zelfredzaamheid om te bespreken met ouders (bijv. aankleden, eten/drinken, zindelijkheid, persoonlijke hygiëne, zorg voor de ruimte).

Tijdens het gesprek

1. Bespreek de vragen op de gesprekskaarten. Ontdek samen met de ouders de huidige ontwikkelingsfase van het kind. Bepaal vervolgens wat het kind nodig heeft om de volgende stap te maken in de ontwikkeling en wat hij thuis en op de opvang hiervoor nodig heeft.
2. Maak doelen concreet en vul deze in bij het invulformulier. Spreek af wanneer jullie op de geformuleerde doelen terugkomen.
3. Bespreek ook de tips. Je kunt de gesprekskaarten ook meegeven aan ouders indien zij hier behoefte aan hebben.

De ontwikkeling van zelf aankleden



WAAR STAAT JOUW KIND IN ZIJN ONTWIKKELING?

1. Wat kan jouw kind al zelf bij het aankleden?
2. Wat kan je kind bijna of met nog wat hulp?
3. Hoe zijn de vaardigheden van thuis terug te zien op de groep? En andersom?
4. Wat heeft het kind nodig om de volgende stap in de ontwikkeling te maken?



Neem de tijd bij het aankleden. Een kind leert het meest van zelf proberen. Is je kind wat snel gefrustreerd? Geef ruimte voor frustratie. Benoem dat het mis mag gaan en laat merken dat je vertrouwen hebt in de nieuwe poging.

DE ONTWIKKELING IN FASEN

BABY 0-1 jaar	DREUMES 1-2 jaar	PEUTER 2-4 jaar	KLEUTER 4-6 jaar	KIND 6-8 jaar	KIND 8+ jaar
- De volwassene geeft taal aan het kind door handelingen te verwoorden: "ik pak jouw voet en ik trek je sok aan". - Het kind oefent met zelf sokken uittrekken.	- Het kind oefent met zichzelf aan- en uitkleden van makkelijke kleding (zonder ritsen en knopen). - Het kind heeft hulp nodig van de volwassene.	- Het kind oefent met de jas, de kleren en schoenen aan en uit te doen. - De hulp van een volwassene is hier bij nodig.	- Het kind kan zelfstandig zijn jas aan of uit doen en wordt zelfstandiger met de rits dicht doen. - Het kind kan zichzelf aan- en uitkleden. - Het kind oefent met veters strikken, heeft de hulp van een volwassene nog nodig.	- Het kind kan zonder hulp zich volledig aan- en uitkleden en de rits dicht doen. - Het kind kan steeds zelfstandiger zijn veters strikken.	Het kind kan zonder hulp van een volwassene de veters strikken.

(Vrij naar NJI, opgevraagd van nji.nl/ontwikkeling)

De ontwikkeling van zelf eten en drinken



WAAR STAAT JOUW KIND IN ZIJN ONTWIKKELING?

1. Wat kan jouw kind al zelf bij het eten en drinken?
2. Wat kan je kind bijna of met nog wat hulp?
3. Hoe zijn de vaardigheden van thuis terug te zien op de groep? En andersom?
4. Wat heeft het kind nodig om de volgende stap in de ontwikkeling te maken?



Maak van eten een gezamenlijk moment en bied structuur. Houd daarbij rekening met de spanningsboog van je kind. Laat je kind zelf kiezen hoeveel hij wil eten. Bedenk van tevoren wat je verwachting is (een paar hapjes, hapjes groente, aan tafel blijven zitten voor een bepaalde periode). Zet gezelligheid aan tafel voorop, durf verwachtingen los te laten.

DE ONTWIKKELING IN FASEN

Tot 6 MAANDEN	Vanaf 6 MAANDEN	Vanaf 9 MAANDEN	Vanaf 12 MAANDEN	Vanaf 18 MAANDEN	Vanaf 2 JAAR	Vanaf 4 JAAR
Het kind is volledig afhankelijk van zorg op het gebied van voeding.	- Het kind leert zelf de fles vast te houden. - Door rechtop te leren zitten, komt het toe aan oefenhapjes eten: wennen aan nieuwe smaken en structuren, leren eten van een lepel.	- Het kind leert zelf een beker vast te houden. - Het kind leert zelf eten vast te houden en hapjes te nemen.	- Het kind leert met een lepel te eten. - Het kind leert mee te eten met het gezin.	Het kind kan met een vork eten.	- Het kind leert een mes te gebruiken: zelf smeren, zelf snijden. - Drinken inschenken.	- Het kind leert met mes en vork te eten. - Het kind kan zachte groente/ fruit snijden.

(Vrij naar NJI, opgevraagd van nji.nl/ontwikkeling)

De ontwikkeling van persoonlijke hygiëne/ zelf naar de wc



WAAR STAAT JOUW KIND IN ZIJN ONTWIKKELING?

1. Wat kan jouw kind al zelf wat betreft zindelijkheid en persoonlijke hygiëne?
2. Wat kan je kind bijna of met nog wat hulp?
3. Hoe zijn de vaardigheden van thuis terug te zien op de groep? En andersom?
4. Wat heeft het kind nodig om de volgende stap in de ontwikkeling te maken?



Heb geduld, ieder kind heeft z'n eigen tempo. Bied structuur: dagelijks rond dezelfde tijd dezelfde bezigheden. Vanuit deze routine leert een kind wat hij zelf al kan en wat hij nog wil leren.

DE ONTWIKKELING IN FASEN

0-1 JAAR	1-2 JAAR	2-4 JAAR	VANAF 4 JAAR	VANAF 8 JAAR
De volwassene geeft taal aan het kind door handelingen te verwoorden: 'je luier is nat, ik ga een schone luier bij jou aantrekken'.	- Het kind kan kledingstukken aanreiken bij het verschonen. - Het kind kan zijn handen aanreiken bij het wassen. - Het kind kan na de maaltijd zijn eigen gezicht poetsen. - Het kind heeft nog hulp nodig bij tanden poetsen en neus snuiten.	- Het kind krijgt interesse in naar de wc gaan, hoe anderen dat doen en oefent zelf. - Het kind kan aangeven dat het een natte luier heeft. - Het kind voelt dat het een volle blaas heeft. - Het kind heeft langere tijd een droge luier. - Het kind wil geen luier meer om, maar een onderbroek aan. - Het kind gaat oefenen met zelf tanden poetsen en neus snuiten met ondersteuning van een volwassene.	- Het kind kan zelf naar het toilet en kan z'n eigen handen wassen en afdrogen. - Het kind kan z'n eigen tanden poetsen. - Het kind kan z'n eigen neus snuiten.	- Een kind kan zorg dragen voor zijn eigen hygiëne, zoals wassen en nagels verzorgen. - Een kind ziet zelf het belang van persoonlijke hygiëne in.

(Vrij naar NJI, opgevraagd van nji.nl/ontwikkeling)

De ontwikkeling van zorg voor je omgeving



WAAR STAAT JOUW KIND IN ZIJN ONTWIKKELING?

1. Wat kan jouw kind al zelf opruimen en bij welke taakjes in huis kan het helpen?
2. Wat kan je kind bijna of met nog wat hulp?
3. Hoe zijn de vaardigheden van thuis terug te zien op de groep? En andersom?
4. Wat heeft het kind nodig om de volgende stap in de ontwikkeling te maken?



Bij het oefenen van taken mag het nog regelmatig misgaan. Dat hoort bij de ontwikkeling van het jonge kind. Bij jonge kinderen werken concrete opdrachten met één doel het beste: "Ik wil graag dat jij de puzzel in de kast zet".

DE ONTWIKKELING IN FASEN

BABY 0-1 jaar	DREUMES 1-2 jaar	PEUTER 2-4 jaar	KLEUTER 4-6 jaar	KIND 6-8 jaar
- Het kind kan nog niet actief meedoen, maar kijkt mee naar de manier waarop de volwassenen en andere kinderen opruimen. - De volwassene geeft taal aan het kind door handelingen te verwoorden: 'ik leg de bal in de mand'.	Het kind krijgt kleine opdrachten zoals speelgoed opruimen, handen wassen of iets in de prullenbak gooien.	- Het kind wil steeds meer zelf ondernemen en doet graag de volwassene na. - Het kind kan kleine opdrachten zoals iets zelf in de kast zetten, uit de kast halen of opruimen met soms nog de begeleiding van een volwassene.	Nadat een volwassene het een aantal keer heeft voor gedaan, kan het kind taakjes uitvoeren in huis, zoals opruimen, iets zelf pakken, helpen met tafel dekken en de tafel schoonmaken.	Het kind kan steeds meer zelf en kan sommige taken zelfstandig. De steun en hulp van een volwassene kan hierbij nog nodig zijn.

(Vrij naar NJI, opgevraagd van nji.nl/ontwikkeling)

Invulformulier – Samen naar zelfredzaamheid:**Datum:****Naam kind:****Naam pedagogisch professional:****Domein(en) van zelfredzaamheid die we besproken hebben:**

Aankleden

Eten & drinken

Zindelijkheid & persoonlijke hygiëne

Zorg voor de ruimte

Wat heeft het kind **thuis nodig om de volgende stap te maken in de ontwikkeling?**

formuleer
concrete
acties:

Wat heeft het kind van de **opvang nodig om de volgende stap te maken in de ontwikkeling?**

formuleer
concrete
acties:

Datum waarop we evalueren:**Invulformulier – Samen naar zelfredzaamheid:****Datum:****Naam kind:****Naam pedagogisch professional:****Domein(en) van zelfredzaamheid die we besproken hebben:**

Aankleden

Eten & drinken

Zindelijkheid & persoonlijke hygiëne

Zorg voor de ruimte

Wat heeft het kind **thuis nodig om de volgende stap te maken in de ontwikkeling?**

formuleer
concrete
acties:

Wat heeft het kind van de **opvang nodig om de volgende stap te maken in de ontwikkeling?**

formuleer
concrete
acties:

Datum waarop we evalueren:

Invulformulier – Samen naar zelfredzaamheid:

Datum:

Naam kind:

Naam pedagogisch professional:

Domein(en) van zelfredzaamheid die we besproken hebben:

Aankleden

Eten & drinken

Zindelijkheid & persoonlijke hygiëne

Zorg voor de ruimte

Wat heeft het kind **thuis nodig om de volgende stap te maken in de ontwikkeling?**

*formuleer
concrete
acties:*

Wat heeft het kind van de **opvang nodig om de volgende stap te maken in de ontwikkeling?**

*formuleer
concrete
acties:*

Datum waarop we evalueren:

De ontwikkeling van zelf aankleden



WAAR STAAT JOUW KIND IN ZIJN ONTWIKKELING?

1. Wat kan jouw kind al zelf bij het aankleden?
2. Wat kan je kind bijna of met nog wat hulp?
3. Hoe zijn de vaardigheden van thuis terug te zien op de groep? En andersom?
4. Wat heeft het kind nodig om de volgende stap in de ontwikkeling te maken?



Neem de tijd bij het aankleden. Een kind leert het meest van zelf proberen. Is je kind wat snel gefrustreerd? Geef ruimte voor frustratie. Benoem dat het mis mag gaan en laat merken dat je vertrouwen hebt in de nieuwe poging.

DE ONTWIKKELING IN FASEN

BABY 0-1 jaar	DREUMES 1-2 jaar	PEUTER 2-4 jaar	KLEUTER 4-6 jaar	KIND 6-8 jaar	KIND 8+ jaar
• De volwassene geeft taal aan het kind door handelingen te verwoorden: "ik pak jouw voet en ik trek je sok aan". • Het kind oefent met zelf sokken uittrekken.	• Het kind oefent met zichzelf aan- en uittrekken van makkelijke kleding (zonder ritsen en knopen). • Het kind heeft hulp nodig van de volwassene.	• Het kind oefent met de jas, de kleren en schoenen aan en uit te doen. • De hulp van een volwassene is hier bij nodig.	• Het kind kan zelfstandig zijn jas aan of uit doen en wordt zelfstandiger met de rits dicht doen. • Het kind kan zichzelf aan- en uittrekken. • Het kind oefent met veters strikken, heeft de hulp van een volwassene nog nodig.	• Het kind kan zonder hulp zich volledig aan- en uittrekken en de rits dicht doen. • Het kind kan steeds zelfstandiger zijn veters strikken.	• Het kind kan zonder hulp van een volwassene de veters strikken.

De ontwikkeling van zelf eten en drinken



WAAR STAAT JOUW KIND IN ZIJN ONTWIKKELING?

1. Wat kan jouw kind al zelf bij het eten en drinken?
2. Wat kan je kind bijna of met nog wat hulp?
3. Hoe zijn de vaardigheden van thuis terug te zien op de groep? En andersom?
4. Wat heeft het kind nodig om de volgende stap in de ontwikkeling te maken?



Maak van eten een gezamenlijk moment en bied structuur. Houd daarbij rekening met de spanningsboog van je kind. Laat je kind zelf kiezen hoeveel hij wil eten. Bedenk van tevoren wat je verwachting is (een paar hapjes, hapjes groente, aan tafel blijven zitten voor een bepaalde periode). Zet gezelligheid aan tafel voorop, durf verwachtingen los te laten.

DE ONTWIKKELING IN FASEN

Tot 6 MAANDEN	Vanaf 6 MAANDEN	Vanaf 9 MAANDEN	Vanaf 12 MAANDEN	Vanaf 18 MAANDEN	Vanaf 2 JAAR	Vanaf 4 JAAR
• Het kind is volledig afhankelijk van zorg op het gebied van voeding.	• Het kind leert zelf de fles vast te houden. • Door rechtop te leren zitten, komt het toe aan oefenhapjes eten: wennen aan nieuwe smaken en structuren, leren eten van een lepel.	• Het kind leert zelf een beker vast te houden. • Het kind leert zelf eten vast te houden en hapjes te nemen.	• Het kind leert met een lepel te eten. • Het kind leert mee te eten met het gezin.	• Het kind kan met een vork eten.	• Het kind leert een mes te gebruiken: zelf smeren, zelf snijden. • Drinken inschenken.	• Het kind leert met mes en vork te eten. • Het kind kan zachte groente/ fruit snijden.

De ontwikkeling van persoonlijke hygiëne/ zelf naar de wc



Heb geduld, ieder kind heeft z'n eigen tempo. Bied structuur: dagelijks rond dezelfde tijd dezelfde bezigheden. Vanuit deze routine leert een kind wat hij zelf al kan en wat hij nog wil leren.

WAAR STAAT JOUW KIND IN ZIJN ONTWIKKELING?

1. Wat kan jouw kind al zelf wat betreft zindelijkheid en persoonlijke hygiëne?
2. Wat kan je kind bijna of met nog wat hulp?
3. Hoe zijn de vaardigheden van thuis terug te zien op de groep? En andersom?
4. Wat heeft het kind nodig om de volgende stap in de ontwikkeling te maken?

DE ONTWIKKELING IN FASEN

O-1 JAAR	1-2 JAAR	2-4 JAAR	VANAF 4 JAAR	VANAF 8 JAAR
• De volwassene geeft taal aan het kind door handelingen te verwoorden: 'je luier is nat, ik ga een schone luier bij jou aantrekken'.	• Het kind kan kledingstukken aanreiken bij het verschonen. • Het kind kan zijn handen aanreiken bij het wassen. • Het kind kan na de maaltijd zijn eigen gezicht poetsen. • Het kind heeft nog hulp nodig bij tanden poetsen en neus snuiten.	• Het kind krijgt interesse in naar de wc gaan, hoe anderen dat doen en oefent zelf. • Het kind kan aangeven dat het een natte luier heeft. • Het kind voelt dat het een volle blaas heeft. • Het kind heeft langere tijd een droge luier. • Het kind wil geen luier meer om, maar een onderbroek aan. • Het kind gaat oefenen met zelf tanden poetsen en neus snuiten met ondersteuning van een volwassene.	• Het kind kan zelf naar het toilet en kan z'n eigen handen wassen en afdrogen. • Het kind kan z'n eigen tanden poetsen. • Het kind kan z'n eigen neus snuiten.	• Een kind kan zorg dragen voor zijn eigen hygiëne, zoals wassen en nagels verzorgen. • Een kind ziet zelf het belang van persoonlijke hygiëne in.

De ontwikkeling van zorg voor je omgeving



WAAR STAAT JOUW KIND IN ZIJN ONTWIKKELING?

1. Wat kan jouw kind al zelf opruimen en bij welke taakjes in huis kan het helpen?
2. Wat kan je kind bijna of met nog wat hulp?
3. Hoe zijn de vaardigheden van thuis terug te zien op de groep? En andersom?
4. Wat heeft het kind nodig om de volgende stap in de ontwikkeling te maken?



Bij het oefenen van taken mag het nog regelmatig misgaan. Dat hoort bij de ontwikkeling van het jonge kind. Bij jonge kinderen werken concrete opdrachten met één doel het beste: "Ik wil graag dat jij de puzzel in de kast zet".

DE ONTWIKKELING IN FASEN

BABY 0-1 jaar	DREUMES 1-2 jaar	PEUTER 2-4 jaar	KLEUTER 4-6 jaar	KIND 6-8 jaar
• Het kind kan nog niet actief meedoen, maar kijkt mee naar de manier waarop de volwassenen en andere kinderen opruimen. • De volwassene geeft taal aan het kind door handelingen te verwoorden: 'ik leg de bal in de mand'.	• Het kind krijgt kleine opdrachten zoals speelgoed opruimen, handen wassen of iets in de prullenbak gooien.	• Het kind wil steeds meer zelf ondernemen en doet graag de volwassene na. • Het kind kan kleine opdrachten zoals iets zelf in de kast zetten, uit de kast halen of opruimen met soms nog de begeleiding van een volwassene.	• Nadat een volwassene het een aantal keer heeft voor gedaan, kan het kind taakjes uitvoeren in huis, zoals opruimen, iets zelf pakken, helpen met tafel dekken en de tafel schoonmaken.	• Het kind kan steeds meer zelf en kan sommige taken zelfstandig. De steun en hulp van een volwassene kan hierbij nog nodig zijn.