

Slaap Regressie



0 - 36 maanden



De slaapregressie fasen

3 - 5 maanden

- Nachtslaap wordt gevormd, slaapcycli worden langer.
- Baby's leren slaapcycli aan elkaar schakelen.
- Sommige baby's gaan reeds rollen

WAAROM?

- Hazenslaapjes overdag en hulp nodig om te verlengen!
- Elke 1,5-2u wakker worden 's nachts en hulp nodig hebben
- Meer nood aan nabijheid en troost

WAT TE VERWACHTEN?

6 maanden

- Vele baby's gaan rollen
- Zelfstandig zitten, tijgeren, kruipen
- Pincetgreep ontwikkelt zich

- Je baby gaat 's nachts oefenen op zijn nieuwe kunstjes
- Je baby kan hulp nodig hebben bij dutjes
- Meer nood aan nabijheid en troost

7 - 9 maanden

- De meeste baby's kunnen nu echt kruipen
- Sommigen kunnen zich al goed optrekken ook
- Grote stap in de taalontwikkeling
- Veel baby's gaan over van 3 dutjes naar 2
- SCHEIDINGSANGST

- Je baby kan 's nachts 40-60min liggen brabbelen en zijn bedje rondkruipen.
- Hulp bij bedtijd en 's nachts is normaal
- Dutjes gaan veel moeizamer en je kleintje heeft hulp nodig bij het slapen.
- Meer nood aan nabijheid en troost

12 maanden

- De meeste baby's kunnen zich optrekken, staan en sommigen kunnen zelfs reeds stappen
- Taalontwikkeling neemt opnieuw een sprong

- Je kleintje kan vaker wakker worden 's nachts en hulp nodig hebben om verder te slapen.
- Je kleintje kan de ochtenddut, (en middagdut) gaan weigeren ook al is deze nog nodig, ook hier is hulp nodig!
- Vroeg wakker worden
- Meer nood aan nabijheid en troost

15 maanden

- Je kleintje kan ondertussen goed stappen en loopt loopt zichzelf soms voorbij
- De spraak zal ook hier opnieuw een grote sprong maken
- Sommige kleintje gaan over naar 1 dutje

- Je kleintje kan vaker wakker worden 's nachts en heeft hulp nodig om slapen
- Sommige kleintjes blijven dutjes moeilijk vinden of weigeren
- Vroeg wakker worden
- Meer nood aan nabijheid en troost

18 maanden

- Grote sprong in taalontwikkeling, vooral het spreken
- Je kleintje ontwikkelt meer zelfstandigheid in zijn doen en laten
- Het karakter/willettje kan wat meer gaan opspelen!

- Sommige kleintjes blijven het middagdutje moeilijk vinden of weigeren
- Je kleintje wil 's avond niet meer gaan slapen en hebben hulp nodig
- Huilend wakker worden 's nachts en zelf de slaap niet meer kunnen vinden
- Vroeg wakker worden
- Meer nood aan nabijheid en troost

24 maanden - 2 jaar

- Taalontwikkeling gaat er opnieuw op vooruit!
- Het aftasten van grenzen en het doorvoeren van hun eigen willetje
- Je kleintje begrijpt nu het verband tussen oorzaak en gevolg en de consequenties hiervan

- Niet meer willen slapen overdag
- Niet naar bed willen zonder ondersteuning van ouder(s)
- Huilend wakker worden 's nachts en niet zelf kunnen in slaap vallen
- Vroeg wakker worden
- Meer nood aan nabijheid en troost
- Heel hard grenzen aftasten

36 maanden - 3 jaar

- Meer ontwikkeling van angsten (monsters onder het bed, geluiden in de kast, spoken op het plafond,...) en vaker nachtmerries
- Hierdoor gaan sommige kleuters bedtijd als een strijd maken
- Leren op een potje plassen

- Niet meer willen slapen overdag
- Niet naar bed willen zonder ondersteuning van ouder(s)
- Huilend wakker worden 's nachts en niet zelf kunnen in slaap vallen
- Vroeg wakker worden
- Meer nood aan nabijheid en troost
- Heel hard grenzen aftasten