

TWINSPIRATIE

VOOR TWEELINGOUDERS



van baby
tot tiener

Suzanne Lagerweij

Twinspiratie voor Tweelingouders

van baby tot tiener

Suzanne Lagerweij

This book is for sale at <http://leanpub.com/twinspiratie>

This version was published on 2014-02-05



This is a [Leanpub](#) book. Leanpub empowers authors and publishers with the Lean Publishing process. [Lean Publishing](#) is the act of publishing an in-progress ebook using lightweight tools and many iterations to get reader feedback, pivot until you have the right book and build traction once you do.

©2012 - 2014 Suzanne Lagerweij

Tweet This Book!

Please help Suzanne Lagerweij by spreading the word about this book on [Twitter](#)!

The suggested tweet for this book is:

Ik heb net Twinspiratie voor Tweelingouders gekocht!

The suggested hashtag for this book is [#twinspiratie](#).

Find out what other people are saying about the book by clicking on this link to search for this hashtag on Twitter:

<https://twitter.com/search?q=#twinspiratie>

Inhoudsopgave

Over twinspiratie	i
Introductie	ii
Elke tweeling is anders	iii
Anders dan gewoon	v
De tweelingsituatie	vi
Voordelen en nadelen van tweeling-zijn	viii
Opvoedingsvragen	viii
Tweelingpeuter: van tweeënhalf tot vier jaar	1
Wie zijn wij?	3
Een hechte band	6
Samen spelen	8
Leren praten	10
Strijd	14
Kledingkeuze	18
Zindelijkheid	21
Overeenkomsten en verschillen	22
Middagslaapje	23
Over Suzanne Lagerweij	25

INHOUDSOPGAVE

fotografen	26
-----------------------------	-----------

Over twinspiratie

Wat is het bijzonder om te kunnen zeggen dat je een tweeling hebt! Wat is het leuk, druk, hectisch, gezellig, stressvol en divers. Suzanne ondervond dit aan den lijve toen zij in 2003 een tweeling kreeg. In Twinspiratie geeft zij antwoord op de meest uiteenlopende vragen die te maken hebben met de opvoeding en ontwikkeling van tweelingen. Ook laat ze andere tweelingouders aan het woord.

‘We hebben best wel eens het advies gekregen om ze apart te behandelen, door ze op school te scheiden of door ze een andere vrijetijdsbesteding te laten kiezen. En zo ervoor te zorgen dat ze hun eigen weg zouden kiezen. Maar wij hebben dat nooit gedaan. We hebben onze dochters altijd de vrijheid gegeven om zelf die keuze te maken.’

Bij de opvoeding van een tweeling loop je misschien tegen vragen aan die je niet één-twee-drie kunt beantwoorden. Dit boek is bedoeld om je daarbij te helpen. Twinspiratie is geen droog naslagwerk. Het is een verrassend en inspirerend boek dat leuk is om te lezen. Door de vele ervaringsverhalen van tweelingouders vind je veel herkenning, nieuwe ideeën en creatieve oplossingen. Vanwege die praktische insteek is dit boek een aanrader voor elke tweelingouder!

Introductie

Wat is het bijzonder om te kunnen zeggen dat je een tweeling hebt. Wat is het leuk, druk, hectisch, gezellig, stressvol en divers. Vraag een willekeurige tweelingouder hoe het is om een tweeling te hebben en je kunt zo'n soort reactie verwachten. Over gebrek aan afwisseling hoeven tweelingouders namelijk niet te klagen. En ook niet over verveling. Want ja, natuurlijk is het druk en stressvol! Maar het is ook heel bijzonder om een tweeling te hebben. Dat geeft het ouderschap een extra dimensie. De speciale tweelingband zorgt er namelijk voor dat je kinderen zich anders zullen ontwikkelen en hierdoor zul je als ouder tegen andere opvoedingsvragen aanlopen.



© Dianne Bouman

‘We genieten volop en ik ben erg druk met het verzorgen van de tweeling. Mijn leven heeft een totaal andere wending gekregen, waar ik soms nog aan moet wennen. Inmiddels ben ik weer aan het werk gegaan. Helaas moet ik werken vanwege het geld, maar stiekem ben ik het liefst thuis met onze tweeling. Hoe druk het ook is.’

Elke tweeling is anders

Ik zou je graag willen vertellen hoe je je tweeling het beste kunt opvoeden. Maar dat kan ik niet, hoe graag ik dat ook zou willen. Ik ken jouw kinderen namelijk niet. Jij als ouder weet wél hoe ze zijn. Jij weet als geen ander hoe ze met elkaar omgaan en wat ze

nodig hebben om zich prettig te kunnen voelen. Jij voelt feilloos aan wanneer je kinderen elkaar in de weg zitten en wanneer ze niet zonder elkaar kunnen. Daar ben je ouder voor. Dat wil nog niet zeggen dat je alles al weet, maar dat geldt voor elke ouder. Maar je intuïtie zal je vaak vertellen wat voor jouw kinderen de beste keuze is. Vertrouw daar maar op.

Ik kan je wel helpen om meer inzicht te krijgen in de opvoedingssituatie van tweelingen in het algemeen. Daarom bespreek ik in het eerste deel van dit boek de belangrijkste onderwerpen die je zult tegenkomen bij de opvoeding en ontwikkeling van je tweeling vanaf de geboorte tot het einde van de tienertijd. In het tweede deel van dit boek besteed ik aandacht aan de meer gecompliceerde kant van het verhaal: de zwangerschap en bevalling, tweelingen met beperkingen, afscheid van een tweeling en meerlingen.

‘Ik voel me zeer bevoorrecht als tweelingmoeder. Voor mij was het echt een cadeautje. Ik kan me nog steeds verwonderen als de meiden voor ons uit huppelen tussen hun broers in. Ik krijg nog regelmatig zo’n gevoel van: wow, die meisjes zijn ook van ons! Ik kan andere tweelingouders alleen maar toewensen; geniet, geniet, geniet! Natuurlijk is het druk maar ook zo bijzonder!!’



© Ilonka Stuijvenberg

Anders dan gewoon

Voor ouders die zelf geen tweeling hebben, is het moeilijk voor te stellen wat het opvoeden van een tweeling nou zo bijzonder maakt. Toen mijn eigen tweeling nog wat jonger was, probeerde ik wel eens aan vriendinnen uit te leggen waarom het opvoeden van een tweeling anders is. Dan vertelde ik bijvoorbeeld dat tweelingkinderen last kunnen hebben van onderlinge vergelijking en concurrentiestrijd en dat ze daarom tijdens het spelen vaak ruzie met elkaar maken. Of ik zei dat de één dominanter is dan de ander. Maar op de één of andere manier werd dat nooit zo goed begrepen. Meestal kreeg ik als reactie dat gewone broertjes en zusjes dezelfde soort problemen kunnen hebben. En daar hadden ze natuurlijk gelijk in.

De tweelingsituatie

Op een bepaalde manier kun je een tweelinggezin dus vergelijken met een gezin waarin kinderen vlak na elkaar geboren zijn. Want ook dan is het druk, hectisch, levendig en gezellig. Maar er is wel een belangrijk verschil; tweelingkinderen zijn even oud en zitten dus in dezelfde ontwikkelingsfase. Daarom spelen ze veel samen en hebben ze op hetzelfde moment dezelfde soort aandacht nodig. De meeste tweelingen slapen samen op één kamer en gaan samen naar de kinderopvang.

Ze zijn de eerste jaren dus vrijwel altijd samen. Een belangrijk gevolg hiervan is dat tweelingkinderen over het algemeen sterk op elkaar gericht zijn. Ze ontwikkelen een bijzonder hechte band met elkaar die zeer waardevol kan zijn voor de rest van hun leven. Voor veel eeniige tweelingen komt daar nog bij dat ze sprekend op elkaar lijken. Hierdoor kan die band nog hechter zijn.

Sommige tweelingouders zijn bang dat hun kinderen afhankelijk van elkaar worden. Ze vrezen dat hun kinderen elkaar zullen belemmeren als ze teveel samen doen. Je hoort vaak zeggen dat het beter is om tweelingkinderen al op jonge leeftijd uit elkaar te halen. Ze zouden zo vroeg mogelijk moeten leren om op eigen benen te staan. Veel kinderopvangorganisaties en scholen hanteren daarom een scheidingsbeleid voor tweelingen, omdat men denkt dat dit voor de persoonlijke ontwikkeling van de kinderen beter is. Toch kun je je afvragen of dit voor elke tweeling de beste keuze is.

Ik denk dat het belangrijk is dat je kijkt naar de specifieke behoeften van een tweeling. Sommige tweelingen zijn al op jonge

leeftijd onafhankelijk, terwijl andere tweelingen in diezelfde fase nog geen moment zonder elkaar kunnen. En dat ligt niet zozeer aan de opvoeding. Dit heeft vooral te maken met de bijzonder hechte band die sommige tweelingkinderen met elkaar hebben. Die zorgt er soms voor dat tweelingkinderen elkaar nodig hebben, waardoor ze het moeilijk vinden om op eigen benen te gaan staan. Hier zul je dus rekening mee moeten houden bij de keuzes die je als ouders maakt. Natuurlijk is het goed om tweelingkinderen te stimuleren om van elkaar los te komen en eigen keuzes te maken. Maar het is niet goed om dit te forceren.



Voordelen en nadelen van tweeling-zijn

Tweeling-zijn kent veel voordelen. Want wie verlangt er nou niet naar om een maatje te hebben die er altijd voor je is, iemand die je helpt als je ergens moeite mee hebt en die je volledig begrijpt zonder dat je iets hoeft uit te leggen? De meeste eenlingen zijn hier hun leven lang naar op zoek, terwijl tweelingen met dit geluk worden geboren. Daar hoeven ze helemaal niks voor te doen! Dat krijgen ze gewoon vanaf hun geboorte mee.

Natuurlijk kent het tweeling-zijn ook nadelen. Het is heus niet altijd gemakkelijk om tweeling te zijn. Kijk bijvoorbeeld maar naar de onderlinge vergelijking die soms extreme vormen kan aannemen. Dat kan voor een tweeling best lastig zijn. Dit is iets waarmee ze moeten leren omgaan. Ze moeten leren accepteren dat ze twee aparte individuen zijn met elk hun eigen behoeften. Ze hebben hun eigen persoonlijkheid en eigen talenten, ook al lijken ze misschien nog zoveel op elkaar.

Opvoedingsvragen

Als tweelingouder word je regelmatig geconfronteerd met opvoedingsvragen die te maken hebben met het tweeling-zijn: kan ik ze wel hetzelfde kleden? Wanneer geven we ze een eigen slaapkamer? Komen ze op school bij elkaar in de klas? Geven we ze verschillende of dezelfde cadeaus? Bij dit soort dilemma's is het soms lastig om te bepalen wat voor jouw tweeling de beste keuze is. Het verschilt namelijk per tweeling en ook nog eens per kind! Een kant-en-klare aanpak is er dus niet.

In dit boek worden alle belangrijke opvoedingsvragen van tweelingouders behandeld. De meest voorkomende vragen en dilemma's komen per ontwikkelingsfase aan bod, voorzien van uitleg en tips. Andere tweelingouders delen hier hun ervaringen en er worden praktische oplossingen aangereikt. Wil je nog verder lezen? Volg dan de link die je in de tekst tegenkomt. Hiermee word je naar de Twinspiratie-website geleid. Op deze website vind je meer uitgebreide informatie over onderwerpen die te maken hebben met de opvoeding en ontwikkeling van tweelingen. Heb je daarna nog vragen? Stuur dan een e-mail naar suzanne@twinspiratie.nl

Tweelingpeuter: van tweeënhalf tot vier jaar

De eerste twee jaren waarin de verzorging van je kinderen centraal stond zijn nu voorbij. Dit betekent dat je steeds minder tijd kwijt bent met de verzorging van je kinderen. De komende jaren zullen meer in het teken van de opvoeding komen te staan. De peuterfase is een periode waarin je kinderen hun 'eigen ik' gaan ontdekken. Stapje voor stapje gaan ze zich losmaken van elkaar en van jou. In deze fase is het niet meer vanzelfsprekend dat je kinderen zonder meer doen wat er van ze gevraagd wordt. Ze krijgen een eigen mening en hebben behoefte aan autonomie.



© Marijke de Vries

‘Het eerste dat in me opkomt is dubbele ondeugd; Hannah bedenkt het kattenkwaad en Eva voert het uit;-) Hannah weet al heel goed wat wel en niet mag. Maar Eva is daarin nog best naïef. Ze ziet iets als een leuk spelletje, terwijl Hannah maar al te goed beseft dat mama dan boos wordt...’

Je kinderen zullen hun grenzen gaan verkennen en hebben jou hierbij nodig. Dat betekent voor jou als tweelingouder dus dubbel zo hard werken. Tweelingkinderen hebben al vroeg in de gaten hoe ze elkaar kunnen helpen. In positieve én in negatieve zin. De naam double trouble is wat dat betreft typerend voor

tweelingpeuters. Kortom een fase waarin je als ouder weer genoeg te doen hebt!

Wie zijn wij?

Hoe ouder ze worden, hoe meer de eigenheid van je kinderen zichtbaar zal worden. Waarschijnlijk zagen jullie als ouders direct na de geboorte al duidelijke verschillen tussen je kinderen. Maar nu ze ouder worden, gaan die verschillen ook voor buitenstaanders steeds meer opvallen. Dit geldt natuurlijk niet alleen voor hun uiterlijke kenmerken. Ook de verschillen in karakter vallen steeds meer op. Hierdoor zullen je kinderen nu nog meer met elkaar worden vergeleken.

‘Toen ze nog in mijn buik zaten, kon ik hun karaktertjes al uittekenen. Een pittige dame die alles tot zich neemt en die haar broertje in een hoek drukt. In eerste instantie letterlijk in de baarmoeder en nu figuurlijk in real life. Broerlief is een lieverd in alle opzichten. Hij geeft zijn zus graag alle eer.’

Tijdens de peuterfase worden je kinderen zich er meer van bewust dat ze twee aparte individuen zijn, met eigen gevoelens en eigen gedachten. Je peuters willen niet meer dat jij alles voor hun bepaalt. Ze willen hun eigen keuzes maken en vooral steeds meer ‘zelf doen’. En dat is maar goed ook. Het is namelijk heel gezond dat je kinderen zich geleidelijk van jou als ouder gaan losmaken.



© Wim van de Kerkhof

Bij tweelingkinderen is er sprake van dubbele losmaking. Zij moeten namelijk niet alleen loskomen van de ouders, maar ook van elkaar. Hierdoor verloopt het losmakingsproces bij tweelingen anders dan bij eenlingen. In de regel hebben tweelingkinderen meer tijd nodig om op eigen benen te gaan staan. Ze zijn meestal nog wat langer afhankelijk van hun ouders of van elkaar. Dat merk je bijvoorbeeld aan hun houding in een vreemde omgeving, waarbij ze nog wat moeite kunnen hebben om zich vrij te bewegen.

‘Als ik bij een vriendin op verjaardagsvisite ging, dan kropen ze bijna in me! Zo extreem verlegen konden ze zich gedragen. De andere kinderen zaten dan lekker met elkaar te spelen en mijn kinderen zaten samen op mijn schoot. Dat vond ik altijd zo gek, zo kende ik mijn eigen kinderen niet. Ze zijn

absoluut niet verlegen of zo, integendeel zelfs. Het was net alsof ze zich dan geen houding wisten te geven.'

Hoe het losmakingsproces bij jouw tweeling zal verlopen is niet te voorspellen. Het verschilt namelijk per tweeling en per kind. Sommige tweelingen individualiseren zich relatief gemakkelijk, terwijl andere tweelingkinderen hier meer moeite mee hebben. De opvoeding kan hierbij misschien een rol spelen, al kun je de losmaking van je kinderen niet forceren. Sommige tweelingen hebben er nou eenmaal veel behoefte aan om samen te zijn en daar kun je niet zoveel aan doen.

Laat je kinderen bij de kinderopvang of later op school niet uit elkaar plaatsen als ze hier nog niet aan toe zijn. Geef ze de ruimte om zelf te bepalen op welke manier en in welk tempo ze op eigen benen gaan staan. Je kunt je kinderen wel stimuleren in hun onafhankelijkheid door ze in hun vertrouwde omgeving wat vaker uit elkaar te halen, voor zover ze dat toelaten. In het volgende hoofdstuk kom ik hier nog op terug.

Tip: Vraag je ouders of schoonouders of ze bij toerbeurt wekelijks met één van je kinderen een activiteit willen ondernemen, bijvoorbeeld naar het zwembad of de kinderboerderij gaan. Zo creëer je voor je kinderen letterlijk ruimte om los te komen van elkaar.

Een hechte band

Tijdens de eerste jaren zijn tweelingkinderen vaak sterk gericht op elkaar. Dat is ook niet zo verwonderlijk als je bedenkt dat ze gedurende de eerste levensjaren vrijwel altijd samen zijn: ze slapen samen op een kamer, spelen de hele dag samen en gaan samen onder de douche of in bad.

Doordat ze vanaf hun geboorte samen zijn, raken je kinderen goed op elkaar ingespeeld. De meeste tweelingen voelen feilloos aan wat de ander denkt of voelt. Vaak hebben ze aan een half woord of slechts een blik genoeg. Daar hebben ze geen woorden voor nodig. Als vanzelfsprekend leren ze van jongst af aan om zich te verplaatsen in de gedachten en gevoelens van de ander. Het is voor tweelingpeuters dan ook heel normaal dat ze rekening houden met de ander. Hierdoor zijn de meeste tweelingen op peuterleeftijd al bijzonder sociaalvaardig. Een voordeel waar ze hun hele leven profijt van zullen hebben!

‘Al vanaf hun geboorte moeten ze delen. Ze weten niet beter. Het verbaast me nog steeds hoe goed ze dat kunnen. Als we in het weekend apart met de kinderen wat gaan doen, dan zullen ze ook altijd aan de ander denken. Ze genieten wel van de aandacht die ze dan krijgen. Maar je merkt ook dat ze het fijn vinden om weer thuis te komen en samen te zijn. Vaak staat de één dan voor het raam de ander op te wachten en dan smelt mijn hart. Wat moet het toch bijzonder zijn om een tweelingzus te hebben.’



© Caroline Floren

Soms kan het samenzijn voor problemen zorgen. Vooral tijdens de peuterfase verloopt het samen spelen niet altijd zonder slag of stoot. Het is in deze fase heel normaal dat je kinderen zo nu en dan letterlijk van zich afbijten. Ze gaan verkennen hoe ze het gedrag van de ander kunnen beïnvloeden en ze proberen uit tot hoever ze kunnen gaan. Natuurlijk hebben tweelingpeuters net als eenlingpeuters nog hulp nodig bij het oplossen van conflicten. Want op deze leeftijd zijn ze nog niet in staat zijn om dit altijd op een sociaal gewenste manier te doen.

Tip: Help je kinderen hun conflicten op te lossen door het voor te doen. Leg uit wat er aan de hand is, vertel je kinderen hoe ze het probleem samen kunnen oplossen en doe het voor: 'jullie willen allebei met de politieauto spelen, maar dat kan niet. Zullen we samen nog een politieauto zoeken? Dan kunnen ze elkaar achtervolgen!'

Samen spelen

Tweelingpeuters spelen bijna altijd samen. Tijdens hun spel houden ze elkaar meestal nauwlettend in de gaten en ze doen elkaar steeds na: samen met de blokjes spelen, samen een puzzeltje maken en samen over de bank heen klimmen. In hun spel pikken ze ongemerkt veel van elkaar op. Spelenderwijs zullen ze ideeën met elkaar uitwisselen en zo breiden ze hun kennis en vaardigheden verder uit. Het is dus leuk en leerzaam om tweeling te zijn.

Tip: Pak je camera en film je kinderen tijdens het spelen en bekijk dit samen met je partner. Het is leuk om met elkaar van gedachten te wisselen over de interactie tussen je kinderen. Het is ook leuk om verschillende korte filmpjes van je kinderen aan elkaar te plakken en dit op dvd te zetten. Je kinderen vinden het vast leuk om zichzelf en elkaar op tv terug te zien.



© Ilonka Stuijvenberg

Het is boeiend om te kijken naar de manier waarop je kinderen met elkaar spelen. Je ziet dan hoe de verschillende karakters in hun spel tot uitdrukking komen. Wie is de leider en wie is de volger? Of wisselen ze elkaar af? Als je er eens rustig voor gaat zitten dan zie je soms dingen die je eerder niet waren opgevallen. En het is ook grappig om jezelf terug te horen in de dialoog tussen je kinderen. Veel kinderen vinden het leuk als hun ouders ook meespelen. Maak daar gebruik van, want op die manier kun je ze van alles leren.

‘Ik deed regelmatig een fantasiespel met de knuffelbeesten. Dan speelde ik bijvoorbeeld dat ijsbeer verdrietig was, omdat hij niet mee mocht spelen met

de andere knuffels. En dan vroeg ik mijn kinderen om te helpen een oplossing te bedenken. Dat vonden ze altijd erg leuk. We maakten dan samen een uitgebreid verhaal, waarbij ze met allerlei leuke ideeën kwamen. Soms werd de halve kamer verbouwd, omdat dat bij het verhaal hoorde.’

In de periode voordat ze naar school gaan, kunnen peuters zich soms behoorlijk vervelen. Sommige peuters zijn er echt aan toe om naar school te gaan. Ze kunnen zichzelf of elkaar dan behoorlijk in de weg zitten. Als het middagslaapje eenmaal is afgeschaft kan de dag voor een peuter erg lang zijn. Het is dan haast onvermijdelijk dat de verveling toeslaat.

Tip: Bied niet teveel speelgoed tegelijk aan. Soms is het aanbod aan speelgoed te groot. Je kinderen raken dan het overzicht kwijtraken. Plaats hooguit de helft van het speelgoed in het zicht en bewaar de rest van het speelgoed op een andere plek. Kinderen vergeten op die leeftijd al gauw wat ze hebben. Zo kun je ze steeds opnieuw verrassen met hun eigen bewaarde speelgoed.

Leren praten

De taalontwikkeling verloopt bij tweelingen anders dan bij eenlingen. Over het algemeen komt de taalontwikkeling wat later op

gang. Veel tweelingen hebben de eerste jaren een lichte taalachterstand. De meeste tweelingen beginnen tussen hun eerste en tweede verjaardag met praten. Vaak zijn de zinnnetjes wat korter en eenvoudiger dan bij eenlingen. Ook hebben veel tweelingen de eerste tijd een kleinere woordenschat.

Een groot deel van de tweelingen ontwikkelt een autonome taal. Dit is een eigen taaltje dat door buitenstaanders niet of nauwelijks te verstaan is. Bij een milde vorm van autonome taal kunnen de ouders hun kinderen nog wel begrijpen. Maar het komt ook voor dat de kinderen uitsluitend elkaar begrijpen. In de meeste gevallen verdwijnt de autonome taal naar verloop van tijd vanzelf. In sommige extreme gevallen hebben de kinderen logopedie nodig om van hun taalprobleem af te komen. Gelukkig komt dat weinig voor.

‘Ik maakte me eigenlijk niet zo’n zorgen om het slechte praten van Jim en Sam. Jongens zijn in veel dingen wat trager dan meisjes, dus ik dacht dat komt wel goed. Toen ze eenmaal naar de peuterspeelzaal gingen, viel me op dat er een groot verschil was met de andere kinderen. Op aanraden van de leidster heb ik toen een afspraak gemaakt bij de logopedist. Die heeft allerlei testjes afgenomen. Ze hebben toen een half jaar logopedie gevolgd en we moesten elke week thuis oefenen. Het was een heel gedoe, maar het leverde wel wat op.’

Doordat tweelingen de aandacht van hun ouders moeten delen, worden ze over het algemeen wat minder gestimuleerd om te gaan praten dan dat bij eenlingen het geval is. Er is simpelweg

minder één-op-één contact. Het ligt dus voor de hand dat tweelingkinderen wat achterlopen in hun taalontwikkeling.



© Marijke de Vries

Wil je voorkomen dat de taalontwikkeling van je tweeling vertraagd verloopt dan is het dus belangrijk om momenten te creëren waarop je kinderen apart aandacht krijgen. Zo krijgen ze de gelegenheid om hun taalgebruik te oefenen en dat is een goede manier om de taalontwikkeling te stimuleren. Wil je meer lezen over taalontwikkeling bij tweelingen? Kijk dan op (twinspiratie.nl/peuters/taalontwikkeling)

Tips om de taalontwikkeling te stimuleren

- Spreek zelf altijd correct Nederlands
- Spreek duidelijk verstaanbaar

- Stem af op het taalniveau van je kinderen
- Laat je kinderen goed uitpraten
- Corrigeer je kinderen altijd door te herhalen hoe het wél moet
- Laat elk kind aan bod komen
- Reageer altijd op de taaluitingen van je kinderen
- Lees je kinderen regelmatig apart voor
- Speel zelf iedere dag 10 minuten met elk kind apart
- Benoem wat je kinderen doen en zeggen
- Zorg voor individuele aandacht
- Breng ze in contact met andere kinderen

Sommige tweelingen zijn zo sterk op elkaar gericht dat het onvermijdelijk is dat er een eigen taaltje ontstaat. Bij tweelingen die een eigen taaltje hebben ontwikkeld wordt vaak geadviseerd om de kinderen wat vaker te scheiden met het idee dat ze dan gedwongen worden om beter te gaan praten. Toch is dit niet altijd de beste oplossing. Want deze kinderen hebben meestal een bijzonder hechte band met elkaar. Een scheiding kan dan juist averechts werken. De ontwikkeling kan namelijk stagneren als de kinderen elkaar teveel missen.



© Ilonka Stuijvenberg

Strijd

Tweelingen kunnen over het algemeen bijzonder goed met elkaar overweg. Dat is maar goed ook, want ze zijn in zekere zin op elkaar aangewezen. Als tweelingouder kun je onmogelijk de hele dag met je kinderen bezig zijn. Je hebt ook tijd voor jezelf nodig. Het kan gebeuren dat je kinderen veel aandacht vragen, bijvoorbeeld als ze veel ruzie met elkaar maken of als één van je kinderen erg overheersend is.

‘Voor mij als moeder is vooral de fase tussen drieën-half en vier jaar erg druk. Destijds riep iedereen: als je het eerste jaar maar overleeft! Maar dat is een eitje vergeleken met de dwarse fase waar ze nu samen inzitten.’

Helaas is het is niet altijd te voorkomen dat je kinderen ruzie met elkaar maken. Je kunt zelfs het gevoel krijgen dat je kinderen de ruzie soms bewust opzoeken. Alsof ze iets met elkaar moeten uitvechten. Dit kan een poging zijn om verder van elkaar los te komen. In die zin heeft de strijd soms ook een functie. Maar dat wil natuurlijk niet zeggen dat je het moet toestaan dat ze steeds ruzie maken. Soms is de beste oplossing om je kinderen even uit elkaar te halen. Je kunt bijvoorbeeld de één boven laten spelen en de ander beneden.

‘De laatste tijd zijn ze heel erg stout. Niet luisteren, eten op de grond gooien etc. En dan lopen wij eigenlijk tegen hetzelfde probleem op waar we altijd tegen aan lopen: ze stoken elkaar op en gaan steeds een stapje verder tot ze helemaal niet meer te bereiken zijn en alleen maar lachen en gillen met elkaar. Ze zijn dan helemaal door het dolle heen. En luisteren, ho maar. Wij weten dan echt niet meer hoe we ze moeten aanpakken.’

Tip: Zorg ervoor dat je kinderen leren van elkaars ‘fouten’. Je kunt hun gedrag eenvoudig beïnvloeden door negatief gedrag van de één te negeren en tegelijkertijd veel aandacht te besteden aan positief gedrag van de ander. Zo laat je ze elkaar het goede voorbeeld geven.

Gelukkig verloopt het samenzijn ook vaak goed. Naast de momenten van strijd zijn er meestal ook veel momenten waarop je

kinderen heerlijk met elkaar kunnen spelen. Want ondanks de strijd zijn tweelingpeuters meestal ook elkaars beste vrienden!

‘Iedereen zegt dat het druk is, maar ik zie het hebben van een tweeling juist als een groot voordeel. Ze hebben zoveel aan elkaar! Ze hebben altijd iemand om mee te spelen, ze vervelen zich nooit. In dat opzicht is het misschien juist gemakkelijker om een tweeling te hebben. Tweelingen geven elkaar aandacht, terwijl een eenling juist veel aandacht van de ouders vraagt.’

Praktische tips voor ouders van tweelingpeuters:

- Zorg voor voldoende rust en regelmaat. Jonge kinderen varen wel bij de voorspelbaarheid van een vast ritme en het geeft jou als ouder ook rust.
- Neem als ouder de leiding. Het geeft je kinderen een veilig gevoel als ze weten tot hoever ze kunnen gaan. Ze moeten weten dat papa en mama de baas in huis zijn.
- Stel grenzen, wees duidelijk en consequent. Kinderen vinden het prettig als ze weten waar ze aan toe zijn.
- Maak contact met je kinderen. Door regelmatig letterlijk contact te hebben met je kinderen maak je duidelijk dat je er bent, dat je ze van ze houdt en dat je oog voor ze hebt. Een simpele knipoog of aai over hun bol is al genoeg. In alle drukte en hectiek schiet dit er wel eens bij in.

- Bied je kinderen gericht aparte activiteiten aan. Door je kinderen uit elkaar te halen, kun je soms voorkomen dat er strijd ontstaat. Ook krijgen ze zo de gelegenheid om zichzelf te vermaken. Sommige kinderen vinden het heerlijk om even alleen te kunnen spelen.
- Zorg voor momenten van exclusieve aandacht. Het is voor elk kind belangrijk om af en toe jouw volledige aandacht te hebben. Soms zie je dan opeens eigenschappen van je kind die je eerder niet waren opgevallen.



© Marijke de Vries

Kledingkeuze

Veel tweelingouders vinden het leuk om met de kledingkeuze het tweeling-zijn te benadrukken. Daarom dragen veel tweelingkinderen de eerste jaren regelmatig dezelfde of bijpassende outfits. Op die manier valt het nog meer op dat ze een tweeling zijn. Er zijn ook tweelingouders die er bewust voor kiezen om dit niet te doen, omdat zij het belangrijk vinden dat er tussen de kinderen een duidelijk onderscheid bestaat.

‘Ik vond het gewoon leuk om Anne en Floortje hetzelfde te kleden. Niet dat ze altijd hetzelfde aan

hadden hoor. Ze droegen ook heus wel eens wat anders. Maar de eerste jaren kocht ik wel alles dubbel. Ik vond het trouwens wel vervelend dat er steeds opmerkingen over werden gemaakt. Alsof het op die leeftijd wat uitmaakt hoe je erbij loopt.’

Er wordt wel eens gezegd dat het voor de ontwikkeling van hun eigen identiteit beter is om tweelingkinderen verschillend te kleden. Toch is dit idee ongegrond. Het identiek kleden van tweelingkinderen heeft op deze leeftijd niet of nauwelijks invloed op hun ontwikkeling. Kinderen van deze leeftijd zijn er niet zo mee bezig hoe ze eruit zien. Dat is meer het idee dat volwassenen zelf hebben. Pas vanaf een jaar of twaalf gaan kinderen hun eigen identiteit ontwikkelen en tegen die tijd gaan ze waarschijnlijk al lang niet meer hetzelfde gekleed.

‘Ik deed ze vaak ongeveer dezelfde kleertjes aan. Nu ze ouder worden en veel mensen er moeite mee hebben om de jongens uit elkaar te houden, wil ik ze wat vaker verschillende kleren aandoen. Ze protesteren echter heftig op het moment dat ze door hebben dat ze iets anders aankrijgen. Ook als de één pantoffeltjes aan heeft en de ander schoentjes, is het brullen.’

Als tweelingkinderen sprekend op elkaar lijken en ook nog eens dezelfde kleding dragen, kan het voor buitenstaanders lastig zijn om de kinderen uit elkaar te houden. Dit kan tot gevolg hebben dat de kinderen in mindere mate als individu worden aangesproken, omdat men dan niet goed weet wie wie is. Zo

kan de kledingkeuze dus indirect wel van invloed zijn op de ontwikkeling van de kinderen.



© Arlette Wienholds

Tips bij kledingkeuze:

- Betrek je kinderen bij de kledingkeuze door te vragen welke kleding ze die dag willen dragen

- Ga ook eens met je kinderen apart kleding kopen en geef ze de keuze of ze ‘eigen’ kleding willen of iets gezamenlijks
- Geef je kinderen aparte kledingkasten zodat duidelijk is wat van wie is

Zindelijkheid

Tijdens de peuterfase leren de meeste kinderen om naar de wc te gaan. Het is lastig te voorspellen wanneer een kind hier precies aan toe is. Maar vanaf een jaar of twee zijn de meeste kinderen er klaar voor om het zonder luier te gaan proberen. Er zijn kinderen die al voor hun tweede verjaardag zindelijk worden, maar bij de meeste kinderen gebeurt dit pas als ze twee of drie jaar oud zijn. Tegen de tijd dat ze naar school gaan zijn de meeste kinderen volledig zindelijk.

Bij een tweeling is het logisch dat je je kinderen tegelijk laat starten met zindelijkheidstraining. De kans is groot dat je kinderen elkaar zullen stimuleren, doordat ze er een wedstrijd van maken wie er als eerste geplast heeft. Dit gedrag kun je versterken door ze hiervoor te belonen.

Tip: Zet twee potjes in het zicht en moedig je kinderen aan om te gaan plassen. Als beloning kun je ze een sticker of

iets lekkers laten verdienen. Als de één een beloning krijgt, volgt nummer twee meestal vanzelf.

Overeenkomsten en verschillen

Naarmate je kinderen ouder worden, zullen de onderlinge verschillen steeds groter worden. Die verschillen waren er natuurlijk al. Maar nu ze ouder worden, zullen de eigenschappen van elk kind nog beter zichtbaar worden. Je kinderen maken steeds vaker verschillende keuzes. De eerste levensjaren speelden je kinderen nog veel samen en deden ze elkaar in bijna alles na. Nu ze ouder worden, zullen ze zich steeds meer van elkaar gaan onderscheiden.

‘De verschillen worden alleen maar groter. Eva is echt een enorme kletskaus, ze voert altijd het hoogste woord. Ze vraagt ook veel meer aandacht dan haar zus. Zarah is echt zo’n kind dat snel vergeten wordt, omdat ze zich altijd zo bescheiden opstelt.’

Behalve de onderlinge verschillen, zullen er ook veel overeenkomsten blijven bestaan. De genetische verwantschap zorgt er nou eenmaal voor dat je kinderen op elkaar lijken. Dit geldt natuurlijk niet alleen voor de uiterlijke kenmerken. Ook de karakters van de kinderen zullen in zeker zin overeenkomsten vertonen. Hetzelfde geldt trouwens voor hun interessegebieden.

In het volgende hoofdstuk kun je meer lezen over hoe je het beste met de overeenkomsten en verschillen kunt omgaan.



© Robbert Kok

Middagslaapje

Bij elk kind breekt het moment een keer aan dat het 's middags niet meer naar bed wil. Voor het ene kind speelt dit al op tweejarige leeftijd. Maar er zijn ook kinderen die het middagslaapje nodig hebben tot het moment dat ze naar school gaan. Tweelingpeuters verbruiken veel energie doordat ze de hele dag samen spelen en daarom duurt het bij tweelingen vaak wat langer voordat ze eraan toe zijn om het middagslaapje over te slaan.

Tip: Laat je kinderen overdag apart slapen. Over het algemeen is het samen slapen 's avonds een minder groot probleem. Daarom is het meestal niet nodig om je kinderen direct een eigen kamer te geven.

Tegelijkertijd kost het tweelingouders meer moeite om hun peuters 's middags te laten slapen. Twee kinderen die verzet tonen, zijn nou eenmaal lastiger te overtuigen dan één. Het kan een probleem zijn om je kinderen in slaap te krijgen als ze samen op één kamer slapen. Ze kunnen elkaar dan wakker houden, ook al zijn ze nog zo moe. Dit is met name vervelend als je ene kind het slaapje harder nodig heeft dan je andere kind. Je kunt je dan afvragen of het misschien beter is als ze elk een eigen kamer krijgen waar ze ongestoord kunnen slapen.

Over Suzanne Lagerweij



Suzanne Lagerweij weet hoe het is om een tweeling te zijn. Ze heeft een tweelingbroer met wie ze nog steeds een hechte band heeft. Door de geboorte van haar eigen tweeling in 2003 is haar liefde voor het onderwerp 'opvoeden van tweelingen' aangewakkerd. Sinds het afronden van haar studie Pedagogische Wetenschappen aan de Universiteit van Amsterdam volgt ze internationaal tweelingenonderzoek en geeft ze opvoedingsondersteuning aan tweelingouders. Suzanne verzorgt workshops en lezingen over tweelingen voor ouders en professionals. Ook schrijft ze artikelen over de opvoeding van tweelingen voor twinspiratie.nl en twinsvideoblog.nl.

fotografen

Aleksandra
Striapunina
hotography
Amsterdam

ASPA
Aleksandra Striapunina
Amsterdam
aleksandrastriapunina.com

www.Arlette.me
FOTOGRAFIE

Arlette Wienholds
Naardermeer 92
1447 KM Purmerend
arlette.me

Ap-Art Foto
Ine Ponet
België
ap-artfoto.be



Bydianne Fotografie
Dianne Bouman
Hoenderveld 10
5314 BJ Bruchem
bydianne.nl



Elaine Fotografie
 Elaine van den Berg
 Rietdekker 45
 6603 JV Wijchen
elainefotografie.nl



Focus of Life Photography
 Lizzy
 Rietkerkweg 91
 3066TN Rotterdam
focusoflife.nl

ELS.

Els Fotografie
 Els van den Hoek
 Galilei 9
 2743 MP Waddinxveen
elsvandenhoek.nl



Foto Ontwerp Pauline
 Pauline de Hoog
 Pastoor Maessenstraat 11b
 5865 BP Tienray
foto-ontwerp-pauline.nl



Fotografie Gertenbach
Peter Gertenbach
Kamillehof 5
3355 BN Papendrecht
fotografiegertenbach.nl



Fotografie Pangkey
Margreeth Bouwers-Pangkey
Alteveer 120
7907GB Hoogeveen
fotografie-pangkey.nl



Fotoshoot.nl
Sanford
Lemelerbergweg 23
1101 AJ Amsterdam
fotoshoot.nl

Guido Pelgrim
fotografie
PORTRET - HUWELIJK - RECLAME

Guido Pelgrim Fotografie
Walstraat 23
7061 CA Terborg
guidopelgrim.nl



Ilse Voois Fotografie
Jogchem v.d. Houtweg 13
De Lier
ilsevoois.nl



Jitske Monsma
Friesland
info@jitskemonnsma.nl
jitskemonnsma.nl



Karin Verhoog Fotografie
Goudbergstraat 52
5583 BD Waalre
karinverhoog.nl



Lillymay photography
Eindhovenreed 82
3146 VK
Maassluis
lillymay.nl



Love and Joy Fotografie
Jennifer Baretta
van Baaklaan 164
2493 CH Den Haag
loveandjoy.nl



Marlies Fotografie
Marlies Stuijtzand
Forellendaal 153
2553 JE Den Haag
marlies-fotografie.com



Mi-foto
Miranda Bruinsma
Denys van Hullelaan 31
2015 GM Haarlem
mi-foto.nl



Nijholt Vakfotografie

Nijholt Vakfotografie
Petra Nijholt
Molenweg 47a
3233 AT Oostvoorne
nijholtvakfotografie.nl

Ramon Peralta Photography
Leeuwenburg 33
2402RL Alphen a/d Rijn
ramonperalta.nl



Studio Joshua Rood
De Bonte Zwaan atelier 26
Haparandadam 7
1013 AK Amsterdam
joshuarood.com

STUDIO 09

Studio 09
Robbert Kok
Markt 8-10
4691 BX Tholen
studio09.nl



Stuijvenberg Fotografie
Ilonka Stuijvenberg
Kruiszwijn 2347
1788 LX Julianadorp
stuijvenberg-fotografie.nl

Suzige Plaatjes
Suzanne van Wessel-Hertog
Limburg
suzigeplaatjes.nl



Zoals Wendy het Ziet
Wendy van Leeuwen
Maarschalklaan 101
3417 SE Montfoort
zoalswendyhetziet.nl

Peter Voerman Fotografie
Peter Voerman
oudeschool.com



Richardson
PHOTO DESIGN
www.unbloom-fotografie.nl

Zoë Richardson Fotografie
Studio Alkmaar-Noord
unbloom-fotografie.nl