

Horen, zien, zwijgen en voelen

Beter leren begrijpen/verstaan van het kindje.

In de gezinnen waar ik de Kraamverdieping heb geïntroduceerd, merkte ik dat er een intensiever contact tussen de verzorgers en het kind ontstaat. Hierdoor gingen de verzorgers meer zien bij hun kind tijdens de verschillende onderdelen hiervan. Ze ontdekten wanneer hun kind volledig ontspannen was en gaven aan waar er spanning te voelen was in het lichaampje van de baby. Ze zagen sneller wanneer hun kindje moe was, heel alert of bijvoorbeeld ergens pijn had zoals bij buikkrampjes. Steeds vaker gingen ze meer verschillende kenmerken onderscheiden en benoemen.

Ook konden ze vaak de reden aangeven waarom hun kindje zich op zo'n moment zo voelde. Het enige wat ik deed was vragen aan de ouders stellen op een coachende/begeleidende manier.

Praat met je kindje!

Een baby weet niet letterlijk wat jij tegen hem zegt, maar begrijpt de intentie achter de woorden enorm goed. Zeker als het verhaal over hem gaat! Als een kindje alert is en oogcontact met je maakt, kun je heel goed zien dat hij reageert op jouw woorden. Zodra

je een baby dan ook nog bij zijn voornaam noemt, is zijn focus nog intenser. Begin de zin daarom altijd met het noemen van zijn naam; "Lieke, ik ga je zo optillen en dan gaan we naar jouw kamertje. Daar krijg je een schone luier en mag je lekker in je bedje gaan slapen. Kom maar met mama mee Lieke". Als ik bij ouders ben waar het kindje als voorbeeld altijd moeilijk slaapt, maak ik in eerste instantie contact met hem. Ik neem daar de tijd voor. Een alerte baby weet waar ik voor kom, dat voelt hij namelijk in de meeste gevallen meteen aan. *Kinderen zijn namelijk gevoelsmatig betrokken bij alles wat er in hun directe omgeving speelt!* Hoe fijn is het dan dat hij door ons wordt bevestigd in dat gevoel als er iets aan de hand is! Taal is hem niet vreemd, ook in de baarmoeder heeft hij geluisterd naar woorden en naar de verhalen die jullie vertelden. Dat heeft hij onbewust feilloos opgeslagen.

Hier volgt een voorbeeld uit de praktijk:

Anne had een zware bevalling in het ziekenhuis achter de rug. Haar man Nick had haar zo goed mogelijk bijgestaan. Ze waren allebei erg moe. De eerste nacht bleven ze daarom met hun eerste kindje Jake in het ziekenhuis. Jake was meteen na de geboorte gespannen en huilde veel. In de kraamtijd vertelden de ouders mij dat ze zelf allebei een huilbaby waren geweest. Gedurende de zwangerschap hadden ze hierover veel angst gehad. "Zal ons kindje nu ook een huilbaby zijn?", vroeg de vader mij op de derde dag van de kraamtijd. Ik besepte op dat moment dat hun kindje deze angst moest hebben opgepikt. Toen Jake op een bepaald moment rustig en alert was, ben ik met hem gaan praten. Anne en Nick zaten naast me op de bank. Ik hield Jake op mijn schoot

vlak voor mijn gezicht en maakte liefdevol oogcontact. “Jake, ik ben Conny en wil je graag samen met papa en mama iets vertellen. Papa en mama zijn er ook bij en luisteren graag mee, dat is fijn he? Je bent veilig bij ons. Jake, ik heb net van papa en mama gehoord dat ze zich heel veel zorgen om jou hebben gemaakt. Dat heb jij natuurlijk ook gevoeld bij mama in de buik! Misschien heb jij gedacht dat de spanningen die je voelde van jouzelf waren, maar dat is niet zo. Ik ga papa en mama veel vertellen over hoe het werkt bij baby’s. Dan zullen ze zeker minder bang zijn en meer vertrouwen krijgen. Waarom papa en mama als baby veel hebben gehuild weten we helaas niet. Wat we wel weten is dat jij nu hun kindje bent en dat we samen gaan kijken waarom jij nu veel huilt. We gaan proberen goed naar jou te luisteren en zullen je alles geven wat je nodig hebt om je veilig te voelen. Papa en mama willen jou graag goed leren kennen en ik help ze daarbij Jake”. Jake bleef mij gedurende dit gesprek aandachtig aankijken. Vervolgens draaide hij zijn hoofdje naar zijn vader en moeder toen ik daarover sprak. Dit was het begin van een verbetering in het onrustige gedrag van Jake. Anne en Nick hebben Jake benaderd volgens de richtlijnen die staan beschreven in dit boek. Het had enorm effect. Het was een spannende reis die leidde naar een sterke hechtingsband met Jake. Op het eind van de kraamtijd hilde Jake haast niet meer en was ontspannen en rustig. Hij werd door zijn ouders behandeld als volwaardig mens, ze namen de tijd hun zoontje te leren “lezen” en hem op zijn kind niveau te betrekken in hun leven. Ze praten niet over hun baby, maar met hun baby. En dat was voldoende voor Jake om te ontspannen en uit het reptielenbrein te stappen. Hij hoefde niet meer te vechten en werd begrepen!

Meer zelfvertrouwen en rust opbouwen bij ouders en kind.

Ik merk in de gezinnen dat doordat ouders zelf hun kindje meer gaan begrijpen, er vanzelf steeds meer zelfvertrouwen ontstaat. Zelfs bij erg onzekere ouders zie ik het vertrouwen in zichzelf naar het kind toe groei-

en. Ze zien ook dat hun kind rustiger wordt op het moment dat ze zelf meer vertrouwen krijgen in de zorg voor het kind. Als een baby bijvoorbeeld buikkrampen heeft, en ouders ontdekken dit zelf, geeft dit al rust. Ze weten dan namelijk wat er aan de hand is. Ze proberen vervolgens onder begeleiding zelf de verschillende handelingen uit die verbetering kunnen opleveren. En merken vervolgens dat ze zelfstandig verlichting kunnen geven aan de pijn van hun kind. Alleen al het gegeven dat ze bepaalde handelingen kunnen proberen als er problemen zijn met het kind geeft al enorm veel rust. Ze hoeven namelijk niet machteloos toe te kijken hoe hun kindje aan het worstelen is.

Ik heb gemerkt dat de volgende vraag belangrijk is voor de ouders; Wat kunnen wij zelf in een bepaalde situatie doen voor ons kindje?

Meer veiligheidsgevoel bij het kindje.

Een pasgeboren kindje is een en al gevoel, het zintuig wat bij hen het sterkst ontwikkeld is. Ze voelen dus ook enorm goed aan hoe de ouders zich voelen.

Ze weten als geen ander dat ouders de tijd nemen om hun te begrijpen of niet. Dit gegeven geeft heel veel rust, je ziet het kindje en de ouders beiden ontspannen. Het is een veilig gevoel dat de ouders er zijn op het moment dat het kindje huilt. En dat ze hun best

doen met meer theoretische kennis achter het probleem te komen. Ze verdiepen zich door observatie en vertragen in de baby en komen op hetzelfde gevoelsniveau. Hierdoor is de kans zoveel groter dat het probleem wordt opgelost. Zo niet, dan voelen ze zich in ieder geval begrepen, bijvoorbeeld in het geval van het verhuilen.

Band versterken tussen ouder/kind.

Ik merk in de gezinnen die veel informatie wensen over de Kraamverdieping en hier enthousiast mee aan de slag gaan, de band met het kind sterker wordt. Tijdens de massage bijvoorbeeld is het kind vaak enorm alert en zoekt intensief contact met degene die de massage uitvoert. Tegelijkertijd heeft de verzorger die de massage verricht op dat

