

1 Baby's begrijpen meer dan je denkt

Herfst 1955. Menno (15 maanden) wordt voor de tweede keer dat jaar in het ziekenhuis opgenomen met ademhalingsproblemen. Zijn moeder, Els, brengt hem weg. Ze ziet er erg tegenop om Menno achter te laten. Hij moet minstens een week blijven. Els mag maar twee keer per dag een halfuur op bezoek komen. Dat is regel op de kinderafdeling van het ziekenhuis. Zij blijft zo lang mogelijk naast Menno's bedje zitten, maar na een kwartier geeft de verpleegster een seintje dat ze nu moet gaan. Els neemt afscheid met een zoen op zijn wangen en handjes, zoals zij dat gewend is. Als zij zich omdraait en wegloopt, gaat Menno direct in zijn bedje staan en begint keihard te huilen en te schreeuwen. Els wil teruglopen, maar de verpleegster zegt dat ze het niet nog moeilijker voor Menno moet maken. Dat wil Els natuurlijk niet. Ze sluit zich af voor het huilen en gaat naar huis. De verpleging zal wel goed voor Menno zorgen.

Voorjaar 2015. Anna (2 jaar en 8 maanden) heeft een dubbele heupluxatie: de heupkoppen van haar beentjes zitten niet in de kom. Omdat eerdere behandelingen mislukten, moet Anna nu aan haar heupjes geopereerd worden. Ze wordt weggebracht door haar moeder, Paula, en haar vader, Matthijs. De verpleeg-

ster legt uit wat er gaat gebeuren. Paula kan de hele dag op de afdeling blijven en zij kan ook 's nachts blijven slapen op een opklapbed naast Anna. Zaterdag en zondag is de beurt aan Matthijs. De ouders mogen Anna zelf eten geven. Het zou fijn zijn als een van de ouders bij Anna blijft als zij voor de operatie inslaapt en ook als zij weer wakker wordt. Maar als ze dat te moeilijk vinden, hoeft het niet. Matthijs wil er graag bij zijn. Dan legt Paula de lievelingsspeeltjes in Anna's bedje en hangt haar vertrouwde mobiele op. Matthijs leest een boekje voor over 'Karine in het ziekenhuis'.

Wat een verschil tussen 1955 en 2015. Toen Menno in het ziekenhuis werd opgenomen werden ouders gezien als overbodig en zelfs hinderlijk. Zij zouden de verpleegsters voor de voeten lopen en de kinderen veel te veel aan zich binden. Dat zou het genezingsproces alleen maar verstoren. Bij de opname van Anna zien we het tegendeel: ouders worden zo veel mogelijk bij de behandeling in het ziekenhuis betrokken. Ze kunnen dag en nacht aanwezig zijn en blijven zelf zo veel mogelijk voor hun kind zorgen. Ouders worden niet als hinderlijk gezien. Integendeel, zij zorgen er juist voor dat hun kind zich niet in de steek gelaten voelt.

Waar zou dat enorme verschil vandaan komen? Waarom zijn ouders in de afgelopen decennia steeds belangrijker geworden bij de zorg voor hun kind? Zijn de ideeën over de opvoeding van kinderen misschien veranderd? En als dat zo is, wat is dan precies het verschil tussen toen en nu? Om deze vragen te beantwoorden, gaan we eerst nog verder terug in de tijd.

Verzorgen alleen is niet genoeg

Najaar 1945. De Tweede Wereldoorlog is afgelopen. Een van de ge-

volgen van de langdurige strijd was het grote aantal kinderen dat in kindertehuizen opgenomen moest worden. Beide ouders waren in de oorlog omgekomen. Vaders waren gesneuveld of waren nog niet van het front teruggekeerd. Moeders werkten hele dagen in de oorlogsindustrie. Huizen waren verwoest door bombardementen. Onder die omstandigheden waren kinderen nog goed af als zij een plekje in een kindertehuis konden krijgen. In Oost-Europa was de zorg in de tehuisen erbarmelijk, maar in bijvoorbeeld Engeland werden de kinderen op het eerste gezicht goed verzorgd. De verpleging had het razend druk, maar deed wat zij kon. Er was voldoende voedsel, kleding en verwarming. De hygiëne was goed. En toch was dat blijkbaar niet voldoende. De verpleegsters klaagden erover dat vooral de baby's nauwelijks op hen reageerden. 'Het lijkt wel of alle leven eruit is.' De kinderen lachten niet en bewogen zich niet. Ze lagen maar stil in hun bedje. De peuters en kleuters hingen maar wat rond en reageerden soms ineens heel agressief. Misschien wel het meest opvallende was dat er zo veel kinderen stierven, vooral baby's. Wat was daar de oorzaak van?

John Bowlby, een toen al beroemde Engelse kinderpsychiater, zocht verbeterd naar een antwoord op deze vraag. Hoe kan het toch dat de zorg voor kinderen goed lijkt, maar blijkbaar toch niet goed is? Maandenlang reisde hij van het ene tehuis naar het andere om kinderen te observeren en vooral ook om te zien hoe de verpleegsters met de kinderen omgingen. Het viel Bowlby op dat zij bijna uitsluitend gericht waren op voeden, wassen en verschonen. Daar hadden zij dan ook hun handen aan vol. Uit praktische overwegingen werd de fles vaak gegeven terwijl de baby's in bed lagen, soms aan twee tegelijk. De kinderen werden er niet uitgehaald, zaten nooit even op schoot. Er werd nauwelijks tegen hen gepraat. Er werden geen knuffels gegeven of wiegeliiedjes gezongen. De relatie van verpleegster en baby was onpersoonlijk. En juist daar lag het probleem. Daar lag de

oorzaak van de hoge sterftcijfers, de lusteloosheid en de gedragsproblemen in de tehuizen. De verpleegsters deden wat zij konden en toch schoot de zorg op wezenlijke punten tekort. Wat missen kinderen dan die hun buikje vol hebben, in een warm bed liggen en regelmatig verschoond worden?

Bowlby vergeleek hun tekort met een maaltijd, waarbij kinderen wel voldoende calorieën en vitamines binnen krijgen, maar waar geen sprake is van contacten onderling. Juist die 'ingrediënten' maken een maaltijd aantrekkelijk en gezellig. Zo is baby's verzorgen ook veel meer dan baby's eten geven. Behalve lichamelijke verzorging hebben zij behoefte aan een warme, liefdevolle band met hun moeder of een andere verzorg(st)er. In het contact met die ene speciale volwassene gaat een kind als het ware ervaren dat er altijd iemand is die voor hem zorgt, die van hem houdt, die blij met hem is en die hem niet zou kunnen missen. Dat besef is onmisbaar voor een gezonde ontwikkeling van een kind. Juist dat besef ontbrak in het contact van verzorgers en kinderen in de tehuizen. Er kwam tussen hen geen echte relatie tot stand, omdat de werkdruk zo hoog was, omdat kinderen plotseling overgeplaatst konden worden en omdat er geen tijd was om met zo veel kinderen een band te krijgen. Dat waren de belangrijkste ontdekkingen van Bowlby, waardoor hij grote invloed zou krijgen op de wijze waarop er werd gedacht over de opvoeding van baby's, maar vervolgens ook van oudere kinderen.

Elke baby, elk kind, zegt Bowlby, wordt geboren met een sterke behoefte om bij iemand te horen. Al gauw na de geboorte zie je dat baby's contact zoeken, meestal het eerst met hun moeder. Zuigen, kijken, glimlachen, huilen, vasthouden, kroelen en achter moeder aankruipen (als het wat ouder is) zijn allemaal bedoeld om dicht bij mama te zijn. Zelfs een baby die pas eten gehad heeft en zijn buik vol heeft, kan nog gaan huilen, als zijn moeder wegloopt en hij juist

zo graag bij haar had willen blijven. Baby's, zegt Bowlby (maar ook grotere kinderen en volwassenen), hebben een fundamenteel verlangen naar veiligheid, naar geborgenheid. Met dat verlangen worden zij geboren, dat raken zij hun hele leven lang niet meer kwijt. Tenzij ... tenzij er geen volwassenen zijn die een kind het gevoel geven dat het veilig is, dat er voor hem gezorgd wordt, dat er mensen zijn die hem niet kunnen missen. Kinderen hebben volwassenen nodig die zich onvoorwaardelijk voor hen inzetten. Niet alleen bij het voeden en verschonen, maar (minstens zo belangrijk) ook bij de ontwikkeling van het besef dat zij op hun ouders kunnen vertrouwen, dat zij bij hun ouders veilig zijn.

Wat moeten we ons bij dat vertrouwen van kinderen voorstellen en wat kunnen ouders doen om dat vertrouwen in het leven van hun kinderen te wekken?

Vertrouwen in ouders

Mirjam is voor het eerst met Tim (4 weken) naar het consultatiebureau geweest. Ze is enthousiast over de dokter die Tim onderzoekt. De dokter zei wel twee keer dat zij goed met Tim omging. Dat zij steeds tegen Tim zei wat er ging gebeuren en dat zij na elk onderzoekje even



met hem knuffelde, alsof zij zeggen wilde: 'Hé Timmie, ik ben er nog, hoor. Alles is oké.' 'Kijk', zei de dokter, 'dan ben je een steun in de rug voor zo'n klein kindje en dat is net wat hij nodig heeft in zo'n vreemde omgeving.'

'Spring maar!' Elly (3 jaar) staat op de trap, vijf treden hoog. Zij kijkt in de diepte naar haar vader die zijn armen naar haar uitstrekt. 'Spring maar', zegt hij nog eens. Elly doet haar ogen dicht en springt. Zij slaat haar armpjes stijf om de nek van haar vader en zegt: 'Nog een keer!'

Philip (10 jaar) gaat voor het eerst op kamp. Met meer dan dertig kinderen staat hij op de bus te wachten. Na het sein van vertrek moet hij even iets wegslikken: hoe zal het zijn met al die vreemde leiders en die kinderen die hij niet kent? Zijn vader merkt zijn aarzeling op, steekt zijn duim omhoog en geeft hem een knipoog. Philip lacht terug en zonder verder om te kijken stapt hij de bus in.

Een momentopname uit het leven van drie kinderen. Zij verschillen in leeftijd en toch hebben zij iets gemeenschappelijks. Als Mirjam met Tim kroelt, ruikt hij steeds de vertrouwde geur van zijn moeder. Dan 'weet' hij dus dat het allemaal goed gaat, omdat zijn moeder er is. Je ziet het voor je hoe Elly van de trap in de armen van haar vader springt. Maar zij doet ook iets wat je niet kunt zien. Ze vertrouwt zich toe aan haar vader die haar nooit zal laten vallen. Philip ziet er ineens tegenop om op kamp te gaan. Maar als je een vader hebt die speciaal voor jou z'n duim omhoog steekt, kan er niets misgaan.

Gemeenschappelijk in de belevingswereld van Tim, Elly en Philip is het vertrouwen dat zij in hun ouders stellen. Tim voelt zich veilig als hij boven de geluiden van het consultatiebureau uit de vertrouwde stem van zijn moeder hoort. Zonder dat vertrouwen zou Elly stokstijf op de trap blijven staan en zou Philip misschien niet alleen op kamp gaan. Uit hun vertrouwen kunnen we afleiden dat het kinderen zijn die zich in het gezin waarin zij opgroeien veilig voelen. Zij weten dat zij op hun ouders kunnen rekenen.

Voor de ontwikkeling van het gevoelsleven van kinderen is dit van het grootste belang. Een kind dat zich veilig en geaccepteerd voelt, durft het leven aan. Een kind dat thuis in een vertrouwelijke sfeer opgroeit, zal tegelijkertijd leren zich ook aan anderen toe te vertrouwen, aan leeftijdgenoten in de kerk, aan de juf op school, aan vriendjes, enzovoort. Waar geen vertrouwen is, sluiten kinderen zich voor hun ouders en voor elkaar af. Een kind dat thuis geen vertrouwelijkheid kent, zal ook in het contact met anderen op een afstand blijven, zich onzeker en onveilig voelen, zich afzetten of zichzelf overschreeuwen. Dat was precies wat er gebeurde met de kinderen in de kindertehuizen. Er ontstond geen vertrouwelijkheid in het contact met de verzorgsters. Dat is ook wat er gebeurt in gezinnen waar ouders en kinderen elkaar niet vertrouwen en iedereen op zichzelf is teruggeworpen.

Vertrouwen is de basis van het gevoelsleven van kinderen, maar niet minder van volwassenen. Het fundament voor dat vertrouwen wordt gelegd in de eerste levensjaren. Een heel belangrijke periode dus in de ontwikkeling van kinderen. De vraag is dan natuurlijk wel hoe ouders in die eerste jaren, maar ook later, vertrouwenwekkend met hun kind kunnen omgaan.

Wat begrijpen baby's?

Vertrouwenwekkend met een baby omgaan, is dat niet te hoog gegrepen? Begrijpt zo'n jong kind wel wat vertrouwen is? Kun je hem dat duidelijk maken? Dat zijn belangrijke vragen bij de opvoeding van jonge kinderen.

Eerste indrukken

Mirjam geeft Tim de fles. Hij is vandaag op de kop af vier maanden oud. Mirjam drukt hem tegen zich aan en kijkt naar zijn oogjes, naar de regelmatige bewegingen van zijn mondje en z'n handje waarmee hij haar pink vasthoudt. Wat zou er in zijn hoofdje omgaan? Zou hij al iets beseffen van wat er om hem heen gebeurt?



Wat er in een baby omgaat, zullen we nooit met zekerheid kunnen zeggen. Toch kunnen we ons er wel enigszins een voorstelling van maken als we ons proberen te verplaatsen in kinderen die in de eerste jaren van hun leven de liefdevolle aandacht van ouders hebben gemist, zoals de kinderen die Bowlby onderzocht. Maar we hoeven niet eens zover terug te gaan in de tijd als we denken aan kinderen die ook in onze tijd op de vlucht zijn voor oorlogsgeweld en daarna jarenlang in vluchtelingenkampen leven. We kunnen ook denken aan kinderen van ouders die zelf het leven niet aankunnen door psychische ziekte of problemen in hun huwelijk, aan ouders die hun kinderen geen geregeld leven geven, ouders die hun kinderen verwaarlozen, mishandelen of misbruiken. Ook al is de herinnering van deze

kinderen aan hun eerste levensjaren voor henzelf in nevelen gehuld, één ding heeft zich in het gevoelsleven van deze kinderen vastgezet: wantrouwen. Op grote mensen kun je niet rekenen: ze zijn helemaal niet lief voor je, ze laten je zomaar in de steek, ze slaan je en je weet niet waarom, ze schreeuwen tegen je en ook tegen elkaar en dan gaan ze weg en komen nooit meer terug.

Ook al weten we niet wat een baby denkt of voelt, dit is wel zeker: aan moeders borst gebeurt meer dan alleen maar voeden en in vaders armen beleeft een baby meer dan dat hij gedragen wordt. Zonder bewust die conclusie te kunnen trekken 'leert' de baby dat er mensen zijn die blijkbaar zo veel van hem houden dat zij hem eten geven als hij honger heeft, verschonen als hij nat is, hem troosten als hij huilt en hem steeds in een warm bed leggen. Dat zijn de eerste indrukken die een baby opdoet van de wereld om hem heen. Een wereld die door de zorg van mama en papa tot een vertrouwde wereld wordt.

Opvoeden zonder woorden

Martijn (9 jaar) is de laatste tijd zo stil. Joke heeft al een paar keer gevraagd of hem iets dwarszit, maar dan haalt hij zijn schouders op. 'Wil jij eens met hem praten?' zegt ze tegen haar man. 'Misschien wil hij tegen jou wel iets zeggen.'

Als je aan ouders vraagt hoe zij hun kinderen opvoeden, zullen veel ouders zeggen dat ze dat maar een moeilijke vraag vinden. Zij voeden meestal niet zo bewust en nadrukkelijk op. Ja, als er iets bijzonders aan de hand is, dan probeer je met je kinderen in gesprek te komen, dan krijgen zij een standje of moeten ze direct na het eten naar bed. Dan ben je naar je gevoel echt aan het opvoeden. Een goed gesprek kan bij een jongen als Martijn hard nodig zijn, maar het is nog lang niet zeker dat je hem aan de praat krijgt. De vader van Philip

gebruikte geen enkel woord toen hij zag dat Philip het moeilijk vond om op kamp te gaan. Maar hij wist zijn zoon met een paar gebaren gerust te stellen. Zo zijn er allerlei manieren om zonder woorden met je kind te praten: een aai over de bol, een duwtje in de rug, een tik op de vingers, een zoen op de zere plek, een ereplaats naast jou aan tafel. Opvoeden doe je ook door aanraken, strelen, klapzoeven, pleisteren, dragen en verzorgen. Zeker bij baby's en heel jonge kinderen is dit lichamelijke contact veelzeggend.

Verzorgen is ook opvoeden

Verzorgen is ook opvoeden. Dat is in vier woorden de belangrijkste regel in de opvoeding van baby's en jonge kinderen. In de eerste jaren van hun leven leren kinderen veel meer dan alleen lopen en praten. In de dagelijkse omgang met hun ouders, bij het wassen, verschonen en eten, doen zij indrukken op die van wezenlijk belang zijn voor de ontwikkeling van hun gevoelsleven. Daarom is opvoeden meer dan praten alleen; verzorgen is tegelijk ook opvoeden. Met die kennis in ons achterhoofd gaan we in het volgende hoofdstuk terug naar de vraag hoe ouders vertrouwenwekkend met een baby om kunnen gaan.

- In dit hoofdstuk is uitgelegd waarom het verzorgen van een baby tegelijk ook opvoeden is. Stel je voor, vrienden van jullie hebben ook een baby. Hoe zou je hun dan uitleggen dat je een baby aan het opvoeden bent wanneer je bezig bent om hem te verzorgen?
- Wanneer je goed naar je baby kijkt, merk je dan weleens dat hij reageert op wat jij doet? Wat wil hij jou daarmee zeggen? En hoe reageer jij dan weer op hem?
- Is jouw kijk op de verzorging van baby's veranderd na het lezen van dit hoofdstuk?