



Dit is een reeks over baby's die extreem huilen of andere gedragsproblemen hebben en bij Kleine K belanden, een dagziekenhuis voor de allerjongsten en hun ouders, verbonden aan de afdeling kinderpsychiatrie van het UZ Leuven. Alle ouders die hun verhaal doen, waren radeloos toen ze daar aanklopten. Samen met kinderpsychiater Binu Singh blikken ze terug op de oplossingen die hun leven veranderden.



Het spreekuur van dr. Binu Singh

Verhalen uit de kinderpsychiatrie

Deze week: baby Karolien bleek depressief op acht maanden.

Mama Kim

“Ik had weinig verwachtingen toen we zeven jaar geleden op gesprek mochten bij Kleine K. Van kinesist tot homeopaat: niemand had in de maanden vooraf al een verklaring gevonden voor Karoliens extreme gehuil.

Om mijn dochter van vier maanden rustig te houden, gaf ik haar een flesje. Toen begon ik te vertellen. Dat mijn zwangerschap erg stresserend was omdat mijn eerste dochter op 26 weken was geboren en dat ik bang was om opnieuw een prematuurtje te krijgen. Dat Karolien op 32 weken ook nog te vroeg arriveerde en meteen allerlei naalden in haar frêle lijfje geprikt kreeg waardoor ik haar 24 uur niet mocht aanraken. Dat onze dochter toch zo flink was geweest en het hevige huilen pas thuis was begonnen. Op het einde van mijn verhaal zei de kinderpsychiater: ‘Ik maak me zorgen. Ik zie dat Karolien je niet aankijkt tijdens het flesje. Ze maakt geen contact.’ *Bam*. Ik schrok van die opmerking, maar het was een verademing dat iemand eindelijk zag hoe slecht het met ons ging.

Mijn man en ik hadden gehoopt op een diagnose die je met tips of medicatie kon behandelen, maar plots moesten we in het dagziekenhuis allerlei ther-

pieën volgen om te achterhalen wat er met ons kindje scheelde. Omdat we geen idee hadden dat een parcours in de kinderpsychiatrie zo lang zou duren, en ons oudste kind ook nog zorg nodig had, kregen we na een paar weken de toestemming om ambulantly verder te gaan.

Na een paar maanden verslechterde de situatie en een bezorgde vroedvrouw stuurde ons terug naar Kleine K, waar het hulpverlenend team nu kordaat tegen mij zei: ‘We laten je tien dagen opnemen omdat jij er compleet onderdoort zit. Daarna schakelen we over op dagopnames waarbij je 's avonds thuis bent bij je gezin.’ Het plan was dat ik alleen fijne dingen met ons kindje zou doen, zonder haar te verzorgen, zodat Karolien zou leren dat mama ook leuk met haar kon spelen. Ik zou op mijn beurt opnieuw van mijn kind leren genieten, want die warme verbinding was ik door alle stress kwijt. Parallel moest mijn man, met onze baby, opnieuw starten op Kleine K om haar huilprobleem aan te pakken.

‘Ik wil helemaal niet stoppen met werken. Ze zijn op hun hoofd gevallen!’ zei ik tegen mijn man. Hoewel ik blij was dat er eindelijk naar ons werd geluisterd, reageerde ik woedend op het plan. Maar dokter Singh was streng: ‘Dit is nodig voor jou en je baby.’ Dat strenge had ik wel graag, want wat uiteindelijk echt geholpen heeft, was dat ik rust kreeg.

In de maanden nadien leerden mijn man en ik dat baby's al hevige emotionele pijn kunnen hebben. We leerden waarom huilen voor hen de enige manier is om stress uit hun lichaam te krijgen, en hoe je hen kunt helpen door hen te ontvangen in dat huilen. Ook aan heel concrete tips hadden we veel, zoals hoe we Karolien in bed konden leggen zonder dat het ritueel uren duurde.

Intussen is onze dochter een vrolijke achtjarige en tot op vandaag passen we inzichten toe die we op Kleine K opdeden. Mijn man leerde communiceren over zijn gevoelens en ik leerde voor mezelf te zorgen, want als je zelf gestrest bent, kun je je kind niet kalmeren. Dat ik verplicht op rust moest, heeft misschien wel een familiedrama vermeden. Op een bepaald moment schreef dokter Singh ons familie-hulp voor, iemand die wekelijks twee uur kwam babysitten. Mijn man en ik moesten dan samen iets leuks doen. Dat was zo simpel en fijn, maar uit onszelf hadden we zoiets nooit geregeld.”

Binu Singh

“Wat is hier nodig? Dat is de eerste vraag die ik mezelf stel bij een nieuw intakegesprek. Toen ik Kim, Kurt en hun dochter ontmoette, zag ik meteen dat een opname nodig was. Hun baby huilde onophoudelijk en Kim was doodop en had het gevoel dat niemand naar hen luisterde. Ik herinner me de eenzaamheid in de ogen van het kindje en Kims opluchting toen ik zei: ‘Dit huilprobleem kennen we en kunnen we behandelen.’ Ze hadden intensieve hulp nodig, maar een opname was moeilijk vol te houden voor dit gezin. De combinatie met werk en de zorg voor een tweede kind was al moeilijk, maar weinig begrip van de omgeving maakte het onhaalbaar. Zelfs de vader was wat sceptisch. Alle baby's huilen en haar zusje

‘Het is mooi om te zien hoe een apathische baby die je niet aankijkt helemaal herstelt in vier maanden’

Binu Singh

was er toch ook uitgegroeid? Dit alles leidde tot de keuze om het traject bij ons te stoppen en ambulantly opgevolgd te worden.

Ik was bezorgd toen ze vertrokken. Ik had een uitgeputte moeder gezien, een moeder-kindrelatie die zorgelijk was en een baby met een heel laag welzijn en forse regulatieproblemen, wat betekent dat het kindje voortdurend hoge stress voelde en die spanningsopbouw in haar lijfje niet naar beneden kreeg – iets waarvoor baby's sowieso de hulp van een volwassene nodig hebben. Via onze vroedvrouw bleven we gelukkig in contact met het gezin en zo kwamen ze terug toen Karolien acht maanden was. Ze had toen een motorische achterstand waar ook haar vader en grootouders zich zorgen over maakten. Dat moment noemen we in mijn vak een *port of entry*: je zoekt als hulpverlener een gedeelde bezorgdheid om bij een gezin binnen te komen. Niet het overmatige huilen gaf ons de toegang. Het waren die motorische problemen die de poort openden. Ik vroeg het koppel om opnieuw op gesprek te komen. Ik zag nu een depressieve mama en baby en vroeg hun het vertrouwen om samen op pad te gaan, wat een heel mooi traject is geworden.

Tijdens zo'n traject werken we op drie pijlers: we bieden hulp aan het kind, maar we kijken ook naar wat de ouders nodig hebben en hoe de ouder-kindrelatie versterkt kan worden. Kim vertoonde alle tekenen van een postnatale depressie. Ze sprak zelfs suïcidale gedachten uit, dus het was belangrijk dat ze snel intensieve hulp kreeg. Ze werd opgenomen binnen volwassenpsychiatrie en parallel werd

Karolien samen met haar papa behandeld op Kleine K. Door Kurt uitdrukkelijk als vader en partner te betrekken bij het herstelproces ging hij helemaal achter zijn vrouw en dochter staan, zodat zij op hem konden steunen en Kim na haar traject ook weer kon aansluiten bij Kleine K. Dat was mooi om te zien, hoewel het voor Kurt niet makkelijk was. Het koppel had ook financiële stress door het wegvallen van Kims loon tijdens haar opname, maar ons team zocht in hun brede sociale netwerk mee naar oplossingen.

Net als alcohol is hoge stress niet goed voor het ongeboren kind. Helaas had Karolien naast een stressvolle geboorte en een verblijf op de afdeling neonatologie ook een stresserende tijd in de baarmoeder gehad. Door al die stress in haar lijfje ging ze overmatig huilen. Haar onbehandelde stressprobleem leidde tot een depressie en die leidde dan weer tot een motorische achterstand. Het sneeuwbal-effect had nog veel groter kunnen worden als we niet hadden ingegrepen.

Psychologische hulp tijdens de zwangerschap had de problemen bij dit gezin kunnen voorkomen en het zou goed zijn als neonatale afdelingen zouden inzien dat hun medische interventies, hoewel levensnoodzakelijk, mogelijk ook traumatisch zijn. Maar zelfs als we trauma en pijn niet kunnen voorkomen, is het wondermooi om te zien dat een apathische, depressieve baby die je niet aankijkt en niet ingaat op uitnodigingen om te zingen of spelen helemaal herstelt in vier maanden. Zonder medicatie, enkel door verschillende therapieën die we aanbieden rond spel, aanraking, relaxatie, het versterken van positieve momenten en verbinding tussen ouder en kind. Dat doet geen enkele volwassene haar na in zo'n korte tijd. Dat is de kracht van vroeginterventie. Een kind als Karolien dat vroeg in het leven ervaart dat je problemen kunt overwinnen samen met je zorggevers, maakt diepe herinneringen aan in het geheugen waarop het bij tegenslag levenslang kan terugvallen.”

Meer weten of een webinar volgen:
drbinusingh.com, @dr.binu.singh



Dit is een zesdelige reeks over baby's die extreem huilen of andere gedragsproblemen hebben en bij Kleine K belanden, een dagziekenhuis voor de allerjongsten en hun ouders, verbonden aan de afdeling kinderpsychiatrie van het UZ Leuven. Alle ouders die hun verhaal doen, waren radeloos toen ze daar aanklopten. Samen met kinderpsychiater Binu Singh blikken ze terug op de oplossingen die hun leven veranderden.



Het spreekuur van dr. Binu Singh

Verhalen uit de kinderpsychiatrie

Deze week: baby Leo durfde niet in slaap te vallen.

Papa Karel

“Dit is pure tijdverspilling. *No way* dat ik met andere ouders en baby's ga zingen en op de grond ga liggen.’ Dat was mijn eerste reactie toen ik hoorde over de aanpak op Kleine K. Tegelijk wist ik ook dat we dit een kans moesten geven voor Leo. Onze zoon die gezond geboren was, maar nooit langer dan twintig minuten sliep.

De zwangerschap van mijn vrouw was niet evident begonnen. Ze was net een eigen zaak gestart, een dierbare verloren en uit de NIPT-test bleek dat Leo een aandoening had waardoor hij mogelijk niet levensvatbaar zou zijn. Die test bleek vals positief, maar dat wisten we pas weken later. Tegen de tijd dat mijn vrouw zich opgelucht zwanger durfde te voelen, zat ze al in de helft.

Vandaag weten we dat al die gebeurtenissen Leo veel stress gaven, al vond ik dat eerst absurd om te geloven. Mijn zoon had toch veilig in de baarmoeder gezeten, waar hij niets ergs had meegemaakt? Om maar te zeggen hoe weinig ik wist over het emotionele welzijn van baby's.

Dat een baby de eerste weken wel twaalf keer per dag borstvoeding vraagt, leek ons normaal, het probleem was vooral dat Leo geen rust vond. 's Avonds sliep hij van zeven tot elf, maar daarna werd hij meermaals per nacht wakker en

duurde het soms anderhalf uur om hem weer in slaap te krijgen. Telkens had hij een fles nodig om tot rust te komen.

‘Ik heb een slaapproach gevonden, het kost vijfhonderd euro voor een sessie’, zei mijn vrouw op een dag. Dat die coach in Canada bleek te zitten, ons via video advies zou geven en gewoon een cursus slaapproach had gevolgd, ontdekten we daarna pas. Ik vertel dit maar om te tonen hoe wanhopig we waren en om andere ouders te waarschuwen voor zulke oplichterij. Hoewel het een paar dagen daarna beter ging, werd Leo al snel hysterisch bij het zien van zijn bed en wilde hij helemaal niet meer inslapen.

Na heel wat doktersbezoeken schreef onze pediatr ‘vermoeden van emotieregulatiestoornis’ op een briefje, waarmee we bij Kleine K belandden. Daar wilden ze ons eerst zes weken observeren, wat inhield dat een van ons elke dinsdag een hele dag verwacht werd met Leo. Elke maandag moest iemand van ons naar het oudermoment. Ik had serieuze twijfels bij alles. Hoe ging ik dat allemaal regelen op mijn werk? Maar twee dingen hebben ons leven echt veranderd.

Ten eerste bleek ik deel van het probleem. Ik was 43 toen Leo geboren werd en had tot dan altijd mijn zin gedaan. Ik werkte graag en hield van uitlopende sporten. Ook mijn vrouw leefde helemaal op in haar job. En toen

kwam Leo. Dokter Singh sloeg de nagel op de kop toen ze zei: ‘Als jij boekjes voorleest, zit je waarschijnlijk te denken aan alles wat je daarna nog wilt doen. Maar je kind voelt dat. Je moet in dat boekje zitten zoals Leo in dat boekje zit. Een baby leeft nu, niet morgen of gisteren.’ Dat was een harde les, maar ze had gelijk. Eigenlijk was ik half depressief omdat mijn oude leven voorbij was. Daar met een therapeut over praten heeft ervoor gezorgd dat ik Leo nog veel liever ben gaan zien dan ik hem al zag.

Een tweede doorbraak was de therapie. In plaats van Leo te sussen met een fles, leerden we dat zijn onrustige gedrag een reden had en dat we hem konden aanmoedigen om ons te vertellen wat er scheelde. Dat klonk als hocus pocus voor mij, tot ik erin kwam dat het echt werkt. Door mijn hand op hem te leggen, echt contact te maken en te zeggen ‘vertel het maar’ begon Leo te huilen. Door rustig bij hem te blijven, zijn huilen te ontvangen en te blijven herhalen ‘vertel het maar’, stopte hij op een bepaald moment, waarna een zucht van opluchting volgde. Daarna sliep hij in. Niet dat Leo ineens acht uur doorsliep. En als hij wakker werd, moesten we die huilsessie opnieuw doen. Maar het kalmeerde hem wel.

Doordat ik zelf rustiger werd en ook mijn vrouw deugd had van bepaalde sessies op Kleine K, groeiden we naar elkaar toe. Dat je kunt communiceren met een baby die nog niet kan spreken, was voor mij de grootste openbaring. Vandaag is Leo een vrolijke, praatgrage driejarige, bij momenten lekker koppig, die nu zelf aangeeft wanneer het hem ergens te druk wordt en hij liever gezellig naar huis gaat.”

Binu Singh

“Leo was een typisch voorbeeld van de slaapproblemen die ik vaak zie. Ouders worden al snel wanhopig als hun kind niet slaapt en slaapproaches zijn dan ook booming business. Daar ben ik niet blij mee, want het gros geeft advies dat kort door de bocht is, of te vroeg komt,

wat nog meer ellende veroorzaakt. Onderzoeken die uitwijzen dat je je kindje even mag laten huilen voor je het gaat troosten, kloppen op zich wel, maar ze gaan over kinderen die minstens één jaar zijn en al een goede zelfregulatieontwikkeling hebben, wat betekent dat ze zichzelf al wat kunnen troosten en kalmeren. Jonge baby's, zoals Leo, moeten dat nog leren.

Alle kinderen moeten in het eerste jaar door een slaapproach en het ene kind is sneller in leren inslapen en doorslapen dan het andere. Baby's

'Slapen is je kunnen overgeven aan de rust en vertrouwen dat je weer wakker gaat worden in je veilige omgeving'

Binu Singh

die meer stress hebben gevoeld tijdens de zwangerschap, geboorte of erna zijn daar misschien minder snel mee weg. Maar slecht slapen kan ook in je temperament zitten, of in de familie. De oorzaak is altijd multifactorieel. Bovendien staan in België zowel ouders als kinderen onder veel stress en als er één ding is waar we slecht van slapen, is het stress. Leo was daar een goed voorbeeld van. Hij had twee gedreven ouders die doodop waren omdat ze een baby probeerden te combineren met hun carrière en het leven wensten aan te houden van vóór ze Leo kregen. Wat ik tof vond aan dit koppel was dat ze kritisch waren. Vooral de vader, een belezen doctoraatsonderzoeker, had veel vragen, maar bleek ook veel te hebben aan de psycho-educatie die we op Kleine K geven. Dat is de theorie achter onze therapieën.

Een van zijn vragen was: ‘Mijn kind slaapt niet 's nachts, wat kom ik hier overdag doen?’ Wel, slapen is het resultaat van je dag. Het is tijdens de dag dat bepaald wordt hoe je gaat slapen. Bij

baby's met slaapproblemen bekijken we wat we overdag anders kunnen doen zodat het kind minder spanningsopbouw voelt in zijn lijfje en het 's avonds sneller tot spanningsafbouw kan komen. Slapen is gezond moe zijn volgens een bioritme, je kunnen overgeven aan de rust, afscheid nemen en vertrouwen dat je weer wakker gaat worden in je veilige wereld. Daar had Leo het moeilijk mee. Al van in de zwangerschap en ook door de drukte in het gezin nadien, was zijn stresssysteem overvraagd, waardoor zijn regulatie- en hechtingsontwikkeling onder druk stond. Om zijn stress te verminderen, bleef Leo hangen in het kalmerende effect van zuigen aan een flesje in plaats van andere strategieën te ontdekken. Dat allemaal willen zien en aanpakken, onder meer door babytherapie, hebben deze ouders heel goed gedaan. Ze hebben ook keuzes durven te maken, zoals tijdelijk minder gaan

werken en Leo minder lange dagen naar de crèche sturen, wat hem overprikkelde.

Het verbeteren van de ouder-kind relatie heeft ook geholpen. Vooral de vader moest door een rouwproces om afscheid te nemen van zijn oude leven. Dat is een fase waar elke ouder doorheen gaat, maar bij Karel duurde het langer. Toch was het wondermooi om hem te zien evolueren van een man die binnenkwam met een kind naar een vader die buitenging met zijn zoon. Daar ontspande de moeder ook helemaal van, waardoor Leo met zijn noden dieper kon toekomen in dit gezin. Deze ouders hebben heel mooi willen luisteren naar de vraag van hun zoon of hij echt welkom was. Een slaapprobleem bekijken wij dus heel breed, omdat elk gezinlid een verhaal te vertellen heeft. Door elk van hen te geven wat ze nodig hadden, konden ze samen vooruit.”

Meer weten over de vroegste kinderjaren of een webinar volgen: drbinusingh.com, [@dr.binu.singh](https://www.instagram.com/drbinusingh)



Dit is een zesdelige reeks over baby's die extreem huilen of andere gedragsproblemen hebben en bij Kleine K belanden, een dagziekenhuis voor de allerjongsten en hun ouders, verbonden aan de kinderafdeling psychiatrie van het UZ Leuven. Alle ouders die hun verhaal doen, waren radeloos toen ze daar aanklopten. Samen met kinderpsychiater Binu Singh blikken ze terug op de oplossingen die hun leven veranderden.



Het spreekuur van dr. Binu Singh

Verhalen uit de kinderpsychiatrie

Deze week: baby Basile werd geweigerd in de crèche.

Mama Yasmine

“Mijn zwangerschap stond al bol van de stress. Van extreme misselijkheid met een ziekenhuisopname als gevolg, tot mijn contract dat niet verlengd werd zodra mijn werkgever vernam dat ik zwanger was. Achteraf gezien had ik moeten rusten, maar ik was zo boos om dat ontslag dat ik absoluut een nieuwe job wilde vinden vóór de geboorte.

De bevalling die ik me had voorgesteld was een lotusbewalling waarbij de navelstreng niet meteen wordt doorgesneden. In realiteit overkwam mij een stortbevalling. Vijf minuten na aankomst in het ziekenhuis werd Basile geboren. Zodra zijn hoofd eruit was, riepen de artsen: ‘Stop met persen!’ Zijn navelstreng bleek erg kort en zat tweemaal rond zijn hoofdje gedraaid, als een strakke sjaal. Zo had Basile al tien weken ingedaald klaargezeten, want op 30 weken had ik al vroeger weeën. Pas nu besef ik hoe traumatiserend het moet geweest zijn om door dat nauwe geboortekanaal te gaan. Alle fysieke testen bleken gelukkig in orde, dus mochten we naar onze kamer. Maar daar zette hij zijn keel open. Elke vezel in mijn lijf wist meteen: hier is iets mis.

De maanden nadien leefden we in overlevingsmodus. Basile huilde soms vijftien uur per dag. Onze dochter had lang uitgekeken naar de komst van haar broertje, maar kreeg plots een huilbroer. Mijn man kon het allemaal niet aan en vluchtte

in onze verbouwingswerken.

Alleen in de draagdoek bij mij kalmeerde Basile een beetje, maar het gebrek aan persoonlijke ruimte was mentaal en fysiek uitputtend. Op den duur hoorde ik zijn gehuil de hele tijd in mijn hoofd, ook als hij stil was. Om mezelf te kalmeren zong ik eindeloos *In een klein stationnetje*. Ik ben zelfs opnieuw beginnen te roken, omdat anderen Basile dan even van mij zouden overnemen.

De vroedvrouw, die ik al kende van ons eerste kindje, zag hoe ernstig het was. Zij stuurde ons naar De Bakkerij, een centrum van twee psychotherapeuten gespecialiseerd in de behandeling van emotionele problemen in de vroege kindertijd. Vanuit empathische betrokkenheid en kijkend naar zijn lichaamstaal werd Basile aangeraakt op plaatsen waar hij spanning voelde –aan zijn hoofd, nek en schouders, waar hij had vastgezeten. Zo lieten ze Basile de oorzaak van zijn pijn herbeleven, hij krijste en huilde alsof zijn leven ervan afhing. Mij blies het volledig van mijn sokken, maar door die pijn mee met hem te beleven, kwam er weer een beetje ruimte voor begrip. Die was door de uitputting zoekgeraakt.

Omdat Basile na zes sessies opnieuw in zichzelf begon te keren, werden we doorverwezen naar Kleine K. Dat gaf ons de sprankel hoop die ons overeindhield. Een aantal ingrediënten daar heeft ons leven voorgoed veranderd, zoals de voorspelbaarheid. Elke week volgden we bepaalde therapieën, enkel met Basile of

met andere ouders, telkens met dezelfde begeleiders en rituelen: eerst op een mat gaan zitten, dan een mindfulnessoefening terwijl de therapeuten met onze baby's speelden. Het gaf ons een sterk veiligheidsgevoel. Ook het sociale contact met andere ouders hielp enorm. En de meest eenvoudige dingen: samen in de buitenlucht gaan wandelen, want dat durf je met je huilbaby op den duur niet meer. Het was uiteraard pittig. Omdat ik een postnatale depressie en intens slaaptkort had, ging ik in op het voorstel om een tijd opgenomen te worden. Terugkijkend heeft Kleine K ons geleerd hoe cruciaal het is om de verbinding met elkaar als gezin te blijven zoeken én om je eigen *village* te vinden, als je weinig hulp krijgt van familie.

Vandaag is Basile zeven. Dankzij alle inzichten die we in Kleine K kregen, groeide hij uit tot een pientere, nieuwsgierige brok energie voor wie duidelijkheid erg belangrijk is. We helpen hem gebeurtenissen en emoties te benoemen en op een gepaste manier te uiten. Zijn huidhonger blijft groot en hij is een enorme knuffelaar. Nog regelmatig tokkel ik met de toppen van mijn vingers even over zijn rug, een liefdevolle aanraking die ik op Kleine K ontdekte en die hem als baby na maanden van huilen eindelijk wat leek te kalmeren. Zijn ontspannen reactie – mond halfopen, blik op oneindig – is vandaag nog *krak* dezelfde als toen hij een baby was.”

Binu Singh

“Basile was een *patatje* met helblauwe ogen dat geweigerd was op de crèche omdat hij een lastige baby was en veel huilde. Dat verhaal raakte me, omdat het toont hoe de stem van het jonge kind niet gehoord wordt in onze samenleving. Door intens te huilen gaf deze baby een belangrijk signaal: hij zat niet goed in zijn vel en had hulp nodig. Ouders van huilbaby's staan zwaar onder druk, zonder steun lukt het hen niet. Maar in plaats van begrip te krijgen, botste dit gezin op afwijzing.

Op Kleine K nemen we eerst de tijd om met ouders te kijken waarom het zo moeilijk loopt: Basile had een posttrau-

matische stressstoornis en emotieregulatieproblemen door hoge stress tijdens de zwangerschap en geboorte. Tegelijk leed de moeder aan een postnatale depressie en ging de vader door een moeilijke periode als zelfstandige. De kracht van het programma aan Kleine K is dat we altijd starten met het vergroten van de draagkracht in het gezin en daarnaast meerdere therapieën aanbieden om ouders en kinderen zich weer met elkaar te laten verbinden. Een van de zaken die de stress in Basile zijn lijfje leken te verminderen, waren de sessies rond liefdevol aanraken waarbij ouders hun kindje aanraken met respect

‘Yasmine was een moedige mama die hulp kon toelaten, ook al had ze het gevoel dat ze gefaald had en kampte ze met schuldgevoelens’

Binu Singh

voor hun lichamelijke integriteit. We noemen het geen babymassage, dat zou impliceren dat je baby iets ondergaat wat hij absoluut fijn moet vinden. Hier gaan ouders hun kindje aanraken en kijken naar de signalen die het kind geeft. Vindt hij het leuk als ik z'n hoofd streel of niet? Jonge kinderen hebben zintuiglijke ervaringen van verbinding nodig. Een baby merkt dat je hem graag ziet als hij liefdevol wordt aangeraakt, als je nabij bent, terwijl een ouder kind al kan begrijpen dat zijn ouders hem nog altijd graag zien, ook als ze even in het buitenland zijn voor werk. Vaak zien we dat ouders van een huilbaby bepaalde handelingen vermijden, uit angst dat hun kind weer gaat huilen. Ons doel is de verbinding tussen ouder en kind te herstellen, zodat ouders de signalen van hun baby opnieuw beter leren begrijpen en

beantwoorden, wat het huilen vermindert.

Om Basile echt te kunnen helpen, moest ook zijn mama ondersteund worden. Kinderen ontspannen en zijn rustiger wanneer ze voelen dat hun zorggevers krijgen wat zij nodig hebben. Yasmine was een moedige mama die hulp kon toelaten, ook al had ze het gevoel dat ze gefaald had en kampte ze met schuldgevoelens. Ik zeg ouders vaak dat ze geen schuld hebben aan het feit dat hun kinderen het moeilijk hebben, het overkomt hun evenveel als hun kind, maar ze hebben wel de verantwoordelijkheid om stappen te zetten om eruit te raken, hun kind is immers afhankelijk van hen. Dat heeft Yasmine wondermooi gedaan en het was prachtig om de band tussen haar en Basile weer te zien groeien. Ook haar man is mee gaan zoeken naar hoe hij zijn vrouw en zoon het best kon steunen, zodat Yasmine opnieuw draagkracht kreeg om mee voor hun kindje te zorgen. Ouders en jonge kinderen zijn communicerende vaten. Het kan

pas echt goed gaan met het kind als het goed gaat met de ouder, en omgekeerd. Door thuis meer hulp in te schakelen voor het huishouden, kreeg het gezin wat ademruimte.

Samen met hen zijn we ook op zoek gegaan naar een nieuwe crèche voor Basile, eentje die aandacht had voor zijn emotionele noden, en na een halfjaar stond het hele gezin een stuk sterker in het leven. Dit kindje heelde omdat de ouders moedig bereid waren zelf een weg af te leggen. Het is een cadeau dat ouders aan het begin van een traject vaak niet zien: dat niet alleen hun kind, maar ook zichzelf hier beter van worden.”

Meer weten over de vroegste kinderjaren of een webinar volgen: drbinusingh.com, [@dr.binu.singh](https://www.instagram.com/drbinusingh)