

## Baby-thuis-Tip



**Beste ouders/verzorgers,**

Nu de baby's niet meer naar de kinderopvang gaan, geven we graag wat tips en weetjes voor bij jullie thuis! Wanneer het hele gezin anders draait dan normaal en er wellicht meer onrust is, heeft dit effect op de baby. Onze allerkleinsten voelen alles haarfijn aan!



## Baby in balans

Nog niet zo heel lang geleden dacht men dat als je je baby teveel bij je nam, je kind hier aan zou wennen en dat zij dan nooit zelfstandige mensen zouden worden. Je zou ze teveel afhankelijk maken en je kind verwennen. Maar inmiddels weten we dat dit juist andersom is; juist de baby's waarbij goed op hun behoeftes is gereageerd, groeien op tot zelfstandige volwassenen. Dit komt omdat je bouwt aan de basis van vertrouwen van je kind wanneer jij het signaal geeft dat je er altijd zal zijn. Je kind leert met vertrouwen naar de wereld te kijken en kan vanuit daar de wereld ontdekken. Bij een baby zie je dat zij de kamer durft door te kruipen als zij weet dat het veilig is en jij er voor haar zal zijn als het spannend wordt. Wij reageren dus altijd op de behoefte van onze kinderen, wanneer zij huilen en op andere manieren contact met ons proberen te maken, we negeren een kind nooit.

## Wat je niet ziet...

Een baby die huilt en geen volwassene in de buurt heeft die haar kan troosten is uit balans en maakt een stresshormoon aan. Als een baby veel van dit stresshormoon aanmaakt, is haar hoofd bezet met stress en heeft het brein geen ruimte om te groeien. En dat groeien van je hersenen in de babyperiode is juist zo belangrijk. Mensen-baby's worden namelijk met een on-af brein geboren en leggen de eerste twee jaar van ons leven een netwerk aan in hun hoofd voor de rest van ons leven.

Baby's hebben vaak de neiging om aan het eind van de dag meer te huilen. Zij verwerken hun prikkels en hebben extra behoefte aan nabijheid. Je kunt de baby's dus zonder zorgen volgen in hun behoefte.

Op onze groepen zorgen we daarom dat we, wanneer we kunnen, de onrust bij de baby voor zijn. We kijken goed naar de signalen die een baby ons geeft en spelen hier zo goed mogelijk op in. Wij helpen onze kindjes bijvoorbeeld in slaap als dit hen zelf niet lukt door te wiegen of te zingen.

## Wat kun je doen?

Nu het gezin wellicht meer onrust heeft, heeft de baby dat misschien ook. Geen zorgen. Elke baby huilt, en de één meer dan de ander. Een baby vindt het fijn als je nabij bent als zij huilt, en ruimte geeft aan het verdriet. Een onrustige baby vindt het vaak fijn om gedragen te worden. Deze behoefte stamt uit de oertijd: moeders moesten destijds het kindje vaak bij zich dragen om snel te vluchten voor gevaar. Dit is ook de reden dat baby's het fijn vinden om in beweging te zijn tijdens het dragen.



**Heb je zelf al eens een draagdoek of draagzak uitgeprobeerd?**

Blijft jouw baby erg veel huilen, ongeacht de hoeveelheid slaap, voeding, aandacht en troost? Kijk voor ondersteuning en tips op <https://hUILbabylijn.nl/>

Bronnen:

Wat baby's nodig hebben - Melanie Visscher  
Waarom liefde zo belangrijk is - Sue Gerhardt