

Richtlijn respectvol aanraken en verzorgen

Gedurende de dag raak je een baby voortdurend aan. Bij het voeden, verzorgen, dragen en neerleggen raken jouw handen je opvangbaby en aan de hand van deze aanrakingen vormt hij een beeld van de wereld om zich heen. Zijn dit rustige en liefdevolle aanrakingen? Of soms gehaast, ongeduldig of zenuwachtig? Jullie lichaamscontact is een belangrijke behoefte van een baby. Met je handen communiceer je met jouw manier van aanraken. De ervaringen die baby's opdoen met aanraking en verzorging bepalen hun verwachtingen over anderen, de wereld en zichzelf. Als je ze liefdevol benadert zullen ze zichzelf en de wereld als geliefd en waardevol ervaren.

Respect voor autonomie

Respect voor autonomie van het kind betekent dat je respect hebt voor wie het kind is, voor de eigenheid van het kind en voor wat het kind wil. Door een kind het gevoel te geven dat het mag zijn wie het is en dat het er toe doet wat hij wil, zal hij jouw vertrouwen ervaren waardoor hij ook vertrouwen krijgt in zichzelf. Respect voor autonomie geeft kinderen de kans om op te groeien tot zelfstandige verstandige mensen die oog hebben voor de gevolgen van hun eigen gedrag en hier verantwoordelijkheid voor nemen.

Respect voor autonomie in de praktijk

In de praktijk is het belangrijk dat je baby's telkens het gevoel geeft dat ze zelf iets kunnen en dat ze gezien worden. Dit kun je doen door:

- Te kijken waar hun behoeftes liggen
- Het tempo van je opvangbaby te volgen
- Oog te hebben voor interesses en stapjes in de ontwikkeling
- Ze het gevoel te geven dat je ze serieus neemt

Respect voor autonomie betekent niet dat je al het gedrag zomaar accepteert. Het wil ook niet zeggen dat je alles doet wat de baby wil. Soms heeft een baby jou nodig om zijn gedrag te sturen zodat het acceptabel is. Probeer niet te sturen naar jouw idealen, maar accepteer soms ook dat je opvangbaby ergens niet zo goed in is.

Autonomie en aanraking

Autonomie betekent ook dat je de baas bent over je eigen lichaam. In de praktijk zijn baby's in dit opzicht erg afhankelijk van degenen die ze verzorgen. Een baby kan nog niet zoveel zelf en wordt continu aangeraakt. Baby's kunnen wel aangeven wat ze wel en niet prettig vinden. Het is belangrijk om waar mogelijk deze signalen niet te negeren. Door oog te hebben voor deze signalen heb je respect voor de autonomie van een baby. Als jij zorgvuldig bent in lichamelijk contact met een kind en signalen respecteert zal dit kind later als volwassene ook respect hebben voor zijn eigen lichaam en grenzen. Het zelfrespect dat je hiermee opbouwt is belangrijk voor alle toekomstige relaties.

Hoe kun je een baby respectvol aanraken?

- Zorg ervoor dat je een baby eerst voorbereid door oogcontact te maken en te vertellen wat er gaat gebeuren
- Geef vervolgens voldoende tijd aan de baby om hierop te reageren
- Als je een baby oppakt en vasthoudt, zorg er dan voor dat je zowel steun als bewegingsvrijheid geeft. Hou rekening met de voorkeurshouding van je opvangbaby. Kijk goed naar wat hij aangeeft en dwing hem niet in een andere houding
- Raak je opvangbaby niet zomaar onverwacht aan en pak hem niet onverwacht op als dat niet noodzakelijk is

Hoe kun je een baby respectvol verzorgen?

Zie verzorgingsmomentjes als 1 op 1 tijd en benut ze ook zo. Dit is jullie momentje om contact te maken. Je opvang-baby hoeft dan geen aandacht met anderen te delen en kan zo even emotioneel bijtanken. Zie verzorging niet als een eenzijdige handeling waarbij de baby alles passief ondergaat. Grijp tijdens deze momenten de kans om te benoemen wat je doet en geef de ruimte om te reageren en mee te doen. Zo kan een baby ineens laten zien dat het al kan meewerken met uitkleden of een billendoekje kan vasthouden.

Vermoeidheidssignalen

Als een baby moe begint te worden, kun je dit vaak al zien voordat hij begint te huilen.

Voorbeelden van zulke signalen zijn:

- Gapen
- Rode wangen
- Friemelen aan de oren
- In de ogen wrijven (bij een oudere baby)
- Je niet meer aankijken, jengelen
- Zich van je afwenden
- 'Druk' doen

Hongersignalen

Ook als een baby honger heeft, laat hij dat door middel van verschillende signalen zien:

- Slaapt minder diep
- Zoekt met de mond
- Smakt, en maakt zuig en lik bewegingen
- Sabbelt op de handen of op andere voorwerpen

Wanneer je goed kijkt zie je eerst (enkele van) deze signalen en als er niet snel genoeg voeding komt, zal een baby uiteindelijk ook gaan huilen.