

## Stress bij jonge baby

Op maandag 26 oktober zie ik Sanne en haar zoontje Jordy die inmiddels 8 maanden oud is.

Sanne had zich aangemeld bij mij om een cursus babymassage te gaan volgen.

Jordy maakt een onrustige indruk en de onrust werd groter toen hij op zijn rug kwam te liggen (nog steeds met zijn kleertjes aan). Uiteindelijk begon hij erg te huilen (klagelijk) en werd de onrust steeds groter.

### Stressvolle geboorte

Sanne vertelde dat ze veel spanningen en stress heeft ervaren tijdens de zwangerschap en tijdens de geboorte van Jordy. Tijdens de bevalling is er op de buik van Sanne gedrukt, omdat de persfase moeizaam verliep (stagneerde). Jordy is als een zogenaamde "sterrenkijker" geboren, zijn hoofdje was hierbij naar achteren gedraaid.

Jordy is inmiddels bij een manueel therapeut geweest in verband met het Kiss-syndroom. Deze behandeling is inmiddels afgerond. Ook is hij door een kinderarts nagekeken, alles is medisch gezien in orde. Jordy bleef echter onrustig en hilde veel aldus zijn moeder.

### Oorzaken onrust en huilen

Sanne heeft de indruk dat de geboorte van Jordy een belangrijke rol speelt met betrekking tot zijn onrust en huilen. Om Jordy te troosten is hij veel uit zijn bedje gehaald door zijn ouders en kreeg hierbij een speentje aangeboden.

Jordy heeft last van obstipatie en heeft last van eczeem. Zijn achterhoofd is iets afgeplat en is kaal. Ook heeft hij "berg" op zijn hoofd.

Tijdens de eerste ontmoeting maakte Sanne een gespannen en vermoeide indruk. Sanne gaf aan niet meer te weten hoe ze met het huilen om moet gaan. In overleg met Sanne heb ik Jordy in mijn armen genomen om hem te laten "verhuilen".

### Signalen

Een baby is heel direct in zijn communicatie, zowel verbaal als non-verbaal. Zijn lichaamstaal verteld je hoe het met hem gaat.

De volgende signalen kunnen er op wijzen dat een baby het voor, tijdens of kort na zijn geboorte moeilijk heeft gehad:

- veelvuldig en langdurig huilen,
- hoog en krijsend huilen,
- overstrekken van lichaam (verstijfd), huilen met hun hele lichaam, dit is te voelen aan de spierspanningen
- vermijden van (oog)contact
- onrustig & erg beweeglijk of juist apathisch (slap & introvert)
- slaapproblemen (bij inslapen en bij doorslapen)
- moeilijk drinken of reflux (spugen)
- sterke huidreacties
- kortademig

### Ontlading

Tijdens de haptonomische benadering wordt de baby in het bijzijn van de ouder(s) liefdevol en met aandacht aangeraakt of in de armen vastgehouden.

In de aanraking help je het kindje om hem/haar naar de ervaring te brengen waar hij/zij zo om huilt. Door het ontladen van zijn verdriet, boosheid of spanningen verdwijnt de emotionele blokkade. Belangrijk is dat je de baby daarbij voldoende ondersteuning en veiligheid geeft. Hij moet de tijd en de ruimte krijgen om in een veilig klimaat zijn gevoelens te mogen uiten en te verwerken.

Deze ontlasting bij Jordy duurde ruim een half uur en ging gepaard met een enorme krachtsinspanning.

### Ondersteuning ouder(s)

In mijn benadering ondersteun ik ook de ouders, door hen de taal (huilen) van de baby te leren, praktische tips te geven over de omgang met de emoties van de baby, ruimte te geven aan eigen emoties, door aandacht te hebben voor gevoelens van falen en door eventuele schuldgevoelens op te vangen.

Omdat de emotionele problemen van baby's vaak leiden tot sterke reacties, zoals veel huilen en slecht slapen, kunnen ouders zich fysiek en emotioneel overbelast voelen. In de situatie van Jordy en zijn ouders was hier ook sprake van.

De vader van Jordy is daarom ook een keer aanwezig geweest tijdens een consult.

### Een maand later

De volgende reactie krijg ik via een mail van Sanne; Met Jordy gaat het stukken beter! Hij zit lekker in zijn vel en als het even niet gaat dan weten we daar nu goed mee om te gaan.

We zijn er achter gekomen dat Jordy erg gevoelig is. Dit is goed te merken in de omgang met hem. Je kunt hem bijvoorbeeld niet overal mee naartoe nemen, want hij is erg gevoelig voor prikkels en neemt alles in zijn omgeving op. Hij uit dit door te huilen en te dromen in zijn slaap. Maar mede door jou weten wij dat dit ook een bepaalde manier van verwerking is en dat Jordy mag huilen! Zelfs zijn haar begint te groeien op zijn achterhoofd. Hij is een stuk rustiger geworden en hij slaapt ook beter. Ook zijn "stoelgang" is goed op gang gekomen. Wij voelen ons zelf een stuk beter en zijn ook veel rustiger geworden en dat merkt Jordy natuurlijk ook!