



Universele babybehoeftes

Een baby komt ter wereld met een grote behoefte aan de mensen om zich heen. Niet omdat een baby "afhankelijk" is in de negatieve zin van het woord, maar omdat een pasgeboren baby nog volop in ontwikkeling is.

Veel van wat een baby nodig heeft, kun je terugbrengen naar drie eenvoudige basisbehoeften: nabijheid, voorspelbaarheid en responsiviteit.



Weten welke basisbehoeftes er nog meer zijn? Volg dan de startklaar ouderschap workshop.

Universele behoeftes

NABIJHEID



Een baby kent de wereld nog maar net. Alles is nieuw: licht, geluiden, geuren, aanrakingen en bewegingen. Wat wél vertrouwd is, is de nabijheid van een ouder. De warmte van een lichaam, een bekende stem, een geur, het ritme van een ademhaling en de bewegingen die een baby al zo lang kent.

Nabijheid geeft een baby de mogelijkheid om de wereld vanuit een veilige basis te ontdekken. Soms wil een baby lekker tegen je aan liggen. Soms wil hij juist wat meer om zich heen kijken. En soms is nabijheid precies wat nodig is om weer tot rust te komen. Dichtbij willen zijn is dus geen teken dat je baby "te afhankelijk" is. Het is een heel natuurlijke behoefte in deze eerste periode.

VOORSPELBAARHEID



Voor een baby is de wereld groot en onoverzichtelijk. Een pasgeborene kan nog niet begrijpen wat er gebeurt of wat er straks gaat gebeuren.

Juist daarom kunnen herkenbare dingen houvast geven. Een vertrouwde stem. Een bekende manier van vasthouden. Het ritme van een dag. Steeds weer ervaren dat er iemand is wanneer je honger hebt, moe bent of behoefte hebt aan contact.

Voorspelbaarheid betekent niet dat iedere dag hetzelfde moet verlopen. Met een baby loopt het leven nu eenmaal regelmatig anders dan gepland.

Het gaat veel meer om het gevoel:

ik herken dit, ik ken jou en ik weet dat er iemand voor mij is.

RESPONSIVITEIT



Een baby communiceert voortdurend. Niet met woorden, maar met geluidjes, bewegingen, gezichtsuitdrukkingen, huilen, kijken en wegstijgen.

Een belangrijke behoefte van een baby is dat iemand die signalen probeert op te merken en erop reageert.

Dat hoeft niet perfect. Je hoeft niet iedere keer meteen te begrijpen waarom je baby huult. Ook ouders hebben dagen waarop ze moe zijn, twijfelen of even moeten zoeken.

Responsiviteit gaat niet over alles goed doen. Het gaat over steeds opnieuw proberen af te stemmen op jouw baby.

Langzaam leer je elkaar kennen.



Een mooie basis

**Nabijheid, voorspelbaarheid en responsiviteit
lopen eigenlijk de hele babytijd met elkaar mee.
Het zijn geen drie stappen die je moet afwerken.
Het zijn ook geen regels voor goed ouderschap.
Ze geven vooral een manier om met een andere
blik naar je baby te kijken.**

Wat vertelt mijn baby mij?

Waar heeft hij op dit moment behoefte aan?

**En hoe kan ik daar, op mijn eigen manier, bij
aansluiten?**

**Je hoeft je baby niet altijd te begrijpen. Je hoeft
het niet perfect te doen.**

Een baby heeft geen perfecte ouder nodig.

**Een baby heeft vooral een ouder nodig die er
steeds weer is.**

En precies daar begint verbinding.

