



COLUMN

Katja



Excrementen

KATJA (33, FREELANCE JOURNALISTE) WOONT SAMEN MET JEUGDLIEFDE SEBAS. ZE KREGEN SAMEN EEN DOCHTER: CHIARA.

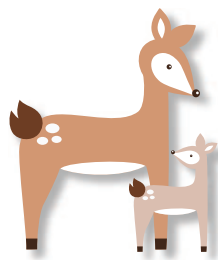
“Sebas! Kom eens kijken!” Ik sta voor de commode. Chiara kijkt me onder het brabbelen ondeugend aan, zoals ze wel vaker doet als ze een cadeautje voor me heeft achtergelaten. Haar vader staat inmiddels naast me en ik duw een poepluier onder z'n neus. “Kijk! Zie je dat?” Ik hoor hem bijna denken: eigenlijk zie ik niks bijzonders, maar dat is natuurlijk niet het goede antwoord ... “Zie je die witte stukjes?” opper ik. Opgelucht begint hij driftig te knikken, gelukkig doelde ik niet op iets wat in sommige gevallen alleen vrouwen lijken op te merken. Zoals de kleur van poep als deze (n)iets afwijkt van normaal, een vieze ijskast of een oplader die al drie dagen uit het stopcontact bungelt. Die witte stukjes zijn gelukkig duidelijk. Maar nu. Nu zou hij het liefst z'n schouders ophalen, mij glazig aankijken en weer weglopen. Alleen dat gaat natuurlijk niet met een hyperalerte, jonge moeder naast hem die meteen alles wilt weten. “Wat denk jij dat het is?” Sebas kijkt super geïnteresseerd naar de geelgroene drab. En ik doe wat ik bij ieder wissel doe sinds ik ben bevallen van Chiara: ik googel. Ik wacht niet eens op wat Sebas te zeggen heeft en haal mijn telefoon tevoorschijn. Ik googel slaapjes (of het gebrek daaraan), huilbuien, buikkrampjes, tandjes, borst- en flesvoeding, eerste hapjes, luiers, pukkeltjes en poep. Heel veel poep. Zwarte poep, gele poep, groene poep, dunne poep, dikke poep, witte stukjes, zwarte stukjes, slijmsliertjes. Zonder dat ik er erg in had, ben ik begonnen met een poepstudie en ik vraag me regelmatig af hoe lang deze duurt. Ik onderzoek luiers uitgebreid en hou Chiara's stoelgang nauwlettend in de gaten. Vooralsnog houdt de feces me nog dagelijks bezig. Nog even en ik ben excrementen-expert! ✨

ervaringen en tegenslagen beter kan verwerken. En hoe meer ervaringen, hoe meer kansen om nieuwe dingen te leren - met alle positieve gevolgen die dát weer met zich meebrengt. Kortom, een veilig gehecht kind heeft een grote kans om in een positieve spiraal terecht te komen.

VOORDELEN OP DE LANGE TERMIJN

Onderzoek toont dit ook aan. Kinderen die veilig gehecht zijn, ontwikkelen zich beter dan kinderen die een onveilige band met hun ouders of verzorgers hebben. Ze doen het beter op school en zijn sociaal en emotioneel vaak sterker. Ze snappen wat een ander denkt, voelt of nodig heeft. In de praktijk betekent dit dat ze beter in staat zijn om ruzies op te lossen, beter om kunnen gaan met hun eigen boosheid, makkelijker vrienden maken, hun vriendschappen beter onderhouden en beter in staat zijn om een intieme relatie met iemand aan te gaan. Uiteindelijk weten ze deze relatie ook vaker in stand te houden en worden ze zelf een meer succesvolle ouder. Kortom: geef vooral toe aan je aangeboren kir-

knuffel- en aaibehoeft: je kind plukt er de rest van zijn leven de vruchten van. Wat dat betreft zit de natuur echt prachtig in elkaar! ✨



Speel spiegelspelletjes

Spelenderwijs leert je kind onderscheid maken tussen verschillende gevoelens. Steekt je baby zijn tong uit, doe dat dan na. Lacht hij naar je, lach dan terug. Fronst hij zijn voorhoofd? Doe het ook. Brabbel terug als hij een 'gesprek' met je voert. Doordat je hem op deze manier een soort spiegel voorhoudt, leert hij niet alleen zijn eigen gevoel sneller en preciezer herkennen, maar ook dat van een ander. En dat maakt hem sociaal vaardiger.