

Babyblues

07-04-2020

Aanstaande ouders dromen in de zwangerschapsperiode van een gezellige kraamtijd. Van een blozende baby in de wieg en van trotse grootouders die hun baby komen bewonderen. Van broers en zussen die met hun kinderen het nieuwe nichtje of neefje welkom willen heten. Maar in deze coronatijd gaat het allemaal anders. Vooral ouders met een eerste kindje ontberen de verwachte steun van de buitenwereld, omdat ze nog geen ervaring in het ouderschap hebben. Kraamvisite is verboden. Ook opa's en oma's zijn in verband met besmettingsgevaar niet welkom. Er is maar mondjesmaat kraamzorg en huisbezoeken vanuit het consultatiebureau zijn noodzakelijkerwijs tot het minimum beperkt.

Alle beginnende ouders zijn onzeker: slaapt de baby niet te veel? Niet te weinig? Krijgt hij of zij wel genoeg voeding? Huilt de baby van de kou? Van de honger? Voor al die kleine en grote vragen biedt het sociale netwerk in de regel uitkomst. De kersverse ouders voelen zich daardoor gezien en gehoord. Zo wordt de zorg voor het nieuwe gezin door meerderen gedragen. Ouders hoeven het niet alleen te doen. In de eerste weken staan alle jonge ouders voor de uitdaging om hun kind te 'adopteren'. Je krijgt een baby, maar als je het iets langer kent, wordt dat mijn kind. En daarmee wordt juist in de eerste weken de basis voor de ouder-kind band gelegd. Gelukkig ontwikkelt deze band zich meestal goed, ondanks de coronacrisis. Maar toch. Nu is er in deze tijd meer spanning en onzekerheid bij de prille ouders. En spanningen kunnen een goede 'adoptie' in de weg staan. Er is extra aandacht en liefde nodig : voor ouders én voor hun pasgeboren kind.

Daarom een oproep aan alle familie en vrienden die om kraamouders heen staan: toon optimale betrokkenheid. Stuur bloemen, cadeau's en kaartjes. Zwaai bij hen voor de ramen of bewonder de baby via skype. Bedenk iets creatiefs. Zodat we de baby met zijn allen adopteren. En zeg vooral dat de baby het erg getroffen heeft met die superlieve ouders!

Dit is de vierde column in een serie over het gezin in tijden van corona. Onder de naam #goedverbonden schrijft gezinspsycholoog Paulien Kuipers van Stichting Kinderleven over thema's en gebeurtenissen uit haar praktijk.