

Eenkennigheid: eigenlijk een mijlpaal

Elke keer bewust afscheid nemen helpt.....

Tranen bij het afscheid? Papa of mama niet willen loslaten? Dat klinkt als eenkennigheid, een fase waarvan baby's vanaf ongeveer zes maanden last kunnen krijgen en die soms wel tot en met het derde levensjaar duurt. Als je van afscheid nemen een ritueel maakt, maak je het voor je gastkinderen wat minder verdrietig. Text MANDY PIJL

Eigenlijk is eenkennigheid een mijlpaal in de ontwikkeling van kinderen. Het laat zien dat ze gezichten kunnen onderscheiden en weten wie voor hen de meest vertrouwde persoon is. En dat heeft alles te maken met de fase van scheidingsangst aan het eind van het eerste levensjaar, die gemiddeld al rond de acht maanden begint. Pedagoog Emmeliek Boost van de Opvoeddesk legt uit: "Baby's worden motorisch steeds zelfstandiger, kunnen een rammelaar in beweging brengen, zich omrollen en gaan rondkruipen. Ze ontdekken dat ze los van hun ouders zelf een persoon zijn, maar begrijpen nog niet dat papa en mama blijven bestaan als ze uit hun gezichtsveld zijn. Dat zorgt voor angst en onzekerheid."

Vastklampen

Scheidingsangst is het hevigst tussen de acht en achttien maanden. "Het is dus logisch als een eenjarige zich bij het afscheid aan zijn ouders vastklamt." Maar hoe ga je daarmee om? Het kind afleiden, zodat zijn ouders ongezien kunnen weggaan, is volgens Emmeliek onverstandig. Ook al werkt het in de praktijk soms wel. Beter is het als ouders bewust afscheid nemen als hun kind huilt. "Door steeds op dezelfde manier bewust afscheid te nemen, leert een kind dat zijn vader of moeder weg-

gaat én weer terugkomt. Er ontstaat een routine, en een routine geeft vertrouwen. Het vertrouwen dat het afscheid tijdelijk is. Gaat vader of moeder ongezien weg en leid je het kind af, dan leert hij niet wat afscheid nemen is."

Ook verstandig: het afscheid kort houden. Heeft het kind een knuffel of een ander stuk speelgoed bij zich, betrek dat dan bij het afscheid. Zeg bijvoorbeeld: "Kijk, konijn moet ook huilen. Konijn wil nog helemaal geen gedag zeggen, hij wil net als jij het liefst bij mama blijven. We gaan samen met konijn naar mama zwaaien. Mama komt straks jou en konijn weer ophalen."

Vertrouwen

Ook een vaste dagindeling geeft een kind het vertrouwen dat zijn vader of moeder hem aan het einde van de dag weer komt ophalen. Het in beeld brengen van die structuur kan hem helpen de dag te overbruggen. Dat kun je doen door de verschillende gebeurtenissen, zoals afscheid nemen van mama of papa, spelen, fruit eten, slapen, knutselen en de komst van de ouders onder elkaar op een strook papier te tekenen of met foto's in beeld te brengen.

Boven- en onderaan staan mama of papa afgebeeld. Samen verplaats je de wasknijper steeds een treetje lager, zodat een kind ziet wanneer mama hem komt ophalen. Emmeliek: "Op die manier blijven mama of papa toch een beetje in beeld en wordt een kind zich ervan bewust dat ze blijven bestaan. Ook al zijn ze aan het werk."

Pedagoog Emmeliek Boost schreef het boek 'Opvoeden.... Geniet ervan!' en geeft met haar team trainingen, workshops en consulten aan ouders, gastouders en medewerkers in de kinderopvang. Meer informatie vind je op www.opvoeddesk.nl.

Wat kun je doen bij eenkennigheid?

1 Het is beter een eenkennig kind vaker te laten komen dan hem vanwege zijn verdriet een dag minder op te vangen. Als hij vaker komt, bouwt hij gemakkelijker een band met jou en de andere kinderen op en dat kan het afscheid verlichten.

2 Speel overdag kiekeboe. Verstop een voorwerp onder een theedoek en laat het weer tevoorschijn komen. Verstop je achter de deur en laat je weer zien. Op die manier ontdekt een kind dat jij of een voorwerp blijft bestaan, ook al ziet hij jou of het ding even niet.

3 Ben je even uit zijn gezichtsveld, bijvoorbeeld omdat je iets in de keuken moet doen en merk je dat een kind daarvan schrikt? Hou een 'contactlijntje' met hem, door te neuriën bijvoorbeeld. Zo laat je merken dat je er nog wel bent.

4 Verwoord het verdriet van een kind. Je kunt bijvoorbeeld zeggen: 'Je moet even huilen, hè?' Op die manier laat je merken dat zijn verdriet er mag zijn. Als hij het vertrouwen heeft dat je hem begrijpt en dat je hem goed kunt troosten, zal zijn verdriet steeds korter duren.

5 Een kind stel je ook op zijn gemak door je in hem te verplaatsen en te verwoorden wat hij doet. 'Wat ben jij een hoge toren aan het bouwen.' Als jij oog hebt voor wat hij doet, zal een kind langer met zijn spel doorgaan en eigen initiatieven nemen.

