

Luisteren naar lichaamstaal

lets rustig vragen, daarna met stemverheffing of tot drie tellen: er zijn diverse manieren om een kind duidelijk te maken wat je wilt. Een vriendelijke en vaak effectievere manier om ze te laten luisteren is die van bewegen en aanraken, zegt haptonoom Inga Mol.

Als de moeder van Anne-Fleur haar dochtertje van drie jaar ophaalt van de peuterspeelzaal, raakt ze in gesprek met de juf. Anne-Fleur speelt ondertussen nog wat met een pop en hoort haar moeder niet roepen als die geërgerd roept dat ze nu écht moet komen. Uiteindelijk trekt ze het kind aan haar arm mee naar buiten. Waarom luistert ze niet?

Zowel Anne-Fleur als haar moeder was zich van geen kwaad bewust, en dus nam haptonoom Inga Mol, die getuige was van het voorval, zich voor om voor de moeder van Anne-Fleur en alle andere ouders een boek te schrijven over de rol van lichaamstaal bij de verzorging en opvoeding van kinderen.

„Wij volwassenen zijn zo gewend verbaal te communiceren, dat we vergeten dat kinderen die taal vaak nog niet spreken. Onze communicatie verloopt grotendeels via woorden, terwijl dat bij jonge kinderen juist non-verbaal gebeurt. Pas op latere leeftijd beseffen zij dat als iemand iets zegt, bijvoorbeeld dat je je armen in je mouwen moet doen, dat je ook echt iets moet dóen.”

Aanraken en bewegen, daarmee komen ouders vaak al verder als ze hun kind iets duidelijk willen maken, en dat kan al zodra een baby is

geboren. „Een baby is een voeldiertje”, legt Mol uit. „Alle indrukken krijgt hij via de huid. Wassen, optillen, toedekken: het zijn een en al tastgewaarwordingen.”

Die aanrakingen zijn belangrijk voor zijn ontwikkeling. „Wie door zijn ouders veel wordt aangeraakt, kan zich veilig hechten, voelt zich veilig.”

Maar het gaat ook om de kwaliteit van de aanraking. „Een goede aanraking is contact waarbij ouders aandacht hebben voor de reactie van hun kind en daarnaar luisteren. Dat ze een armpje niet toch doorduwen als het wat moeilijk in een mouwtje past.” Dát is communiceren. „Je bevestigt het kind: ik voel jou.” En van die tastzin kunnen ouders ook als hun kind ouder is nog lang gebruik maken. „Als ouders vragen we veelvuldig de medewerking van een kind. We willen dat hij een hapje eet, zijn hemd aantrekt, zijn bed uit komt. Met een aanraking, maar ook door zelf te bewegen kun je ze vaak al zo ver krijgen.”

Boodschap

Aan haar eigen dochter van negen jaar merkt Mol het ook. „Als ik haar vraag uit bed te komen omdat ze naar school moet en blijft wachten tot ze dat doet, blijft ze bijna altijd liggen. Omdat ik zelf stil blijf staan voelt ze niet wat de bedoeling is. Tot ik me omdraai en de kamer uitloop, dan voelt ze dat ze er echt uit moet.” Als lichaam en woorden hetzelfde zeggen, komt een boodschap pas over, aldus Mol. Dat Anne-Fleurs moeder riep dat ze moest meekomen, terwijl ze zelf bij de juf bleef staan, was verwarrend voor het meisje. „Haar boodschap was in strijd met haar beweging. Als je weet dat kleine kinderen vooral met hun lichaam ‘luisteren’ dan roep je niet uit de verte, maar ga je naar het kind toe, geeft het een hand en loop je samen de peuterspeelzaal uit, terwijl je zegt dat jullie nu naar huis gaan.”



Lichaamstaal.

Ook de manier waarop kinderen fysiek worden benaderd bepaalt meestal of ze meewerken. Een hand in de nek leggen werkt vaak averechts. „De nek is een machtsplek. Als de moederleeuw haar welpje aan zijn nekvel in haar bek meeneemt, verlammen zijn spieren.” Ook bij kinderen roept de hand in de nek zo’n reactie op.

Reactie

Maar pakt niet elke ouder zijn kind wel een keer in zijn nek? En is dat soms niet gewoon nodig? „Als een kind zich misdraagt en je wilt hem laten voelen dat jij op dat moment de leiding neemt, dan is een aanraking op die plek juist een boodschap dat jij de verantwoordelijkheid hebt en dat je niet wilt dat hij zich misdraagt. Zolang je bedoelingen goed zijn, is een aanraking niet fout. Maar realiseer je dat iedere aanraking een reactie oproept.”

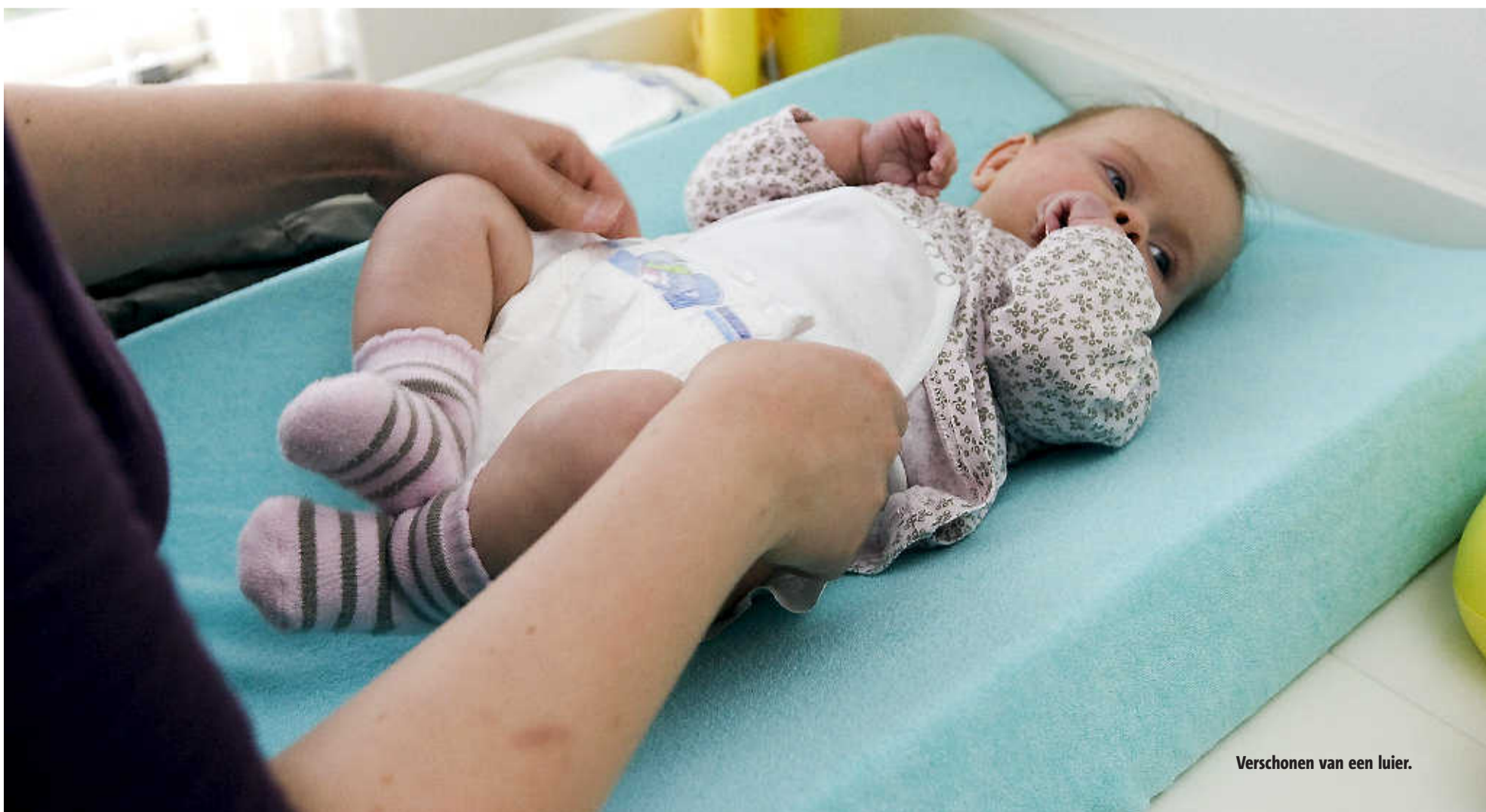
Tips

* Wees je ervan bewust dat aanrakingen en bewegingen een taal zijn waar kinderen op letten en waarmee ze terugpraten.

* Zolang je bedoelingen goed zijn, bestaan foute aanrakingen niet. Een aanraking kan wel een reactie oproepen die je misschien niet had bedoeld.

* Meer lezen? ‘Wat zeg je?’ – De taal van het lichaam bij de verzorging van kinderen door Inga Mol is verschenen bij uitgever Elsevier Gezondheidszorg, ISBN 9789035231603

Tekst: Mandy Pijl Foto: GPD



Verschonen van een luier.