

BLA BLA

BLA BLA BLA

BLA BLA BLA

BLA BLA

'Uw zoontje blijft  
**EEN BEETJE  
ACHTER'**

Glaxo Food

De tevreden baby

100000

Als je een kind krijgt, bemoeit plotseling iedereen zich met je. Mensen vinden het een schande als je geen borstvoeding geeft, gaat winkelen met een pasgeboren baby of boos doet tegen een peuter. Journalist Judith van Ruiten blikt terug op drie jaar moederschap en heel veel tegenstrijdige adviezen.

Tekst Judith van Ruiten Fotografie Sanneke Fisser

‘Jasper blijft wat taalontwikkeling betreft wel wat achter’, werd mij onlangs verteld op de kinderopvang. Een paar dagen later op de peuterspeelzaal: ‘Hij praat echt de oren van je kop, vind je ook niet?’

Ik ben er nog steeds niet aan gewend: al die mensen die hun, veelal ondeskundige, mening over mijn zoontje willen geven, hoe goedbedoeld ook. Ik probeer het ‘taalprobleem’ van mijn zoon van me af te zetten, maar niet veel later deel ik mijn onzekerheid toch op het consultatiebureau. ‘Tweejarigen maken over het algemeen kleine zinnnetjes van twee à drie woorden en dat is zo te horen het geval’, stelt de kinderarts mij gerust.

Toen Jasper nog in mijn buik zat, ontdekte ik al dat je knettergek kunt worden van al die wijsheden. Ik kreeg een hele stapel opvoedboeken en ouderbladen. Leuk als je met een dikke buik thuiszit, dacht ik. Totdat ik het boek *Veilig door de kraamtijd* van Beatrijs Smulders opensloeg. Op dat boek kunnen huwelijken stuklopen als je niet uitkijkt. Zeker als je de adviezen opvolgt om aambeien na de bevalling te laten leegknijpen door je partner en je kindje minimaal twee jaar op je slaapkamer te laten slapen.

Ik negeerde dat laatste advies overigens al na een maand, door Jaspers wieg naar zijn eigen kamer te slepen. Ik deed geen oog dicht door al die geluidjes naast me. Nooit geweten dat baby’s zoveel herrie maken. Ik heb het voor de zekerheid nagevraagd bij kraamverzorgster Conny van der Steen, die al meer dan 25 jaar in het vak zit. Volgens haar deed ik niets verkeerd. ‘Het advies is om het kindje de eerste weken op de kamer te houden. Dan kun je het meteen

laten drinken bij het horen van de eerste smakgeluidjes, voordat het begint te huilen. Daarna moet je het vooral zelf weten.’

In tegenstelling tot wat Beatrijs Smulders beweert, mag je ook gerust kaneel, cham-pignons en zeewier eten als je zwanger bent. Zo is te lezen op voedingscentrum.nl. Ook geiser- en boilerwater mag je gewoon drinken. En hoe lief mijn kraamhulp Ineke ook was, haar – door protocollen voorgeschreven – dwingende advies de flesvoeding

ben ik ervan overtuigd dat we onze nachtrust aan haar methode te danken hebben en niet aan het consultatiebureau. Dat stuurde ons weg met een factsheet met de hoeveelheid melk en slaap die een zuigeling dagelijks nodig heeft.

Gina legt daarentegen ook uit hoe je het best kunt voeden en hoe je ervoor kunt zorgen dat je kind beter doorslaapt. Haar geheim: niet voeden en slapen wanneer de baby dat wil, maar volgens een strak schema, waarbij je niet bang moet zijn voor een huilkwartiertje. Garantie tot de voordeur, dat wel. Maar het is opvallend dat alle ‘Gina-kinderen’ die wij kennen – en dat zijn er veel – hun ouders binnen een half jaar lieten bijkomen van hun noeste nachtwerk. Absoluut geloof gaat mij te ver, want Gina draaft soms wel door. Ze schrijft zelfs voor wanneer je een kopje thee mag drinken.

Uiteindelijk geldt bij opvoeden vooral het cliché ‘zoveel mensen, zoveel meningen’. De laatste pedagogische trend is namelijk precies het tegenovergestelde van wat Ford be-toogt. Het is de laat-maar-waaien-mentaliteit, die de Brit Tom Hodgkinson propageert in zijn boek *Luie ouders hebben gelijk*. Daar zit vast iets in, maar hij beschrijft ook hoe de leden van zijn gezin regelmatig wakker worden in andere bedden. Prima natuurlijk, als je je daar goed bij voelt.

‘Je moet vooral dicht bij jezelf blijven’, adviseert de bekende ontwikkelingspsycholoog Ewald Vervaet, auteur van het boek *Groeijenderwijs; psychologie van 0 tot 3 jaar*. ‘Het is een psychologische wetmatigheid dat als je dat niet doet, het zich uiteindelijk tegen je keert.’ <



## JE WORDT SOMS KNETTERGEK VAN AL DIE WIJSHEDEN

toch vooral aan te maken met afgekoeld gekookt water en de flesjes daarna uit te koken, klopt niet. Kraanwater is prima en het flesje mag daarna gewoon in de vaatwasser. ‘Dat advies geldt al jaren’, aldus Patricia Schutte van het Voedingscentrum. Toch jammer dat ik daar nu pas achter kom. Dat had heel wat nachtelijk gepruts gescheeld.

Van de week kwam ik mijn buurman Herman tegen, met wallen tot op zijn kin. Zijn zoontje van een jaar maakt hem sinds de geboorte twee tot drie keer per nacht wakker. Ik beloofde hem betere tijden. Ik had eigenlijk het boek *De tevreden baby* van Gina Ford willen aanraden, maar wilde geen bemoezuchtige buurvrouw zijn. Toch