

Algemeen Dagblad, zaterdag 22 november 2008
Katern: AD diagnose

Baby op de divan **Psychotherapie voor de allerkleinsten**

Psychotherapie is iets voor volwassenen, maar ook baby'tjes kunnen met therapeuten 'spreken' over problemen. Het lijkt vaag, maar het terrein wordt steeds serieuzer genomen. „Hoe ik weet wat dit baby'tje dwars zit? Ze vertelt het ons.”

Tekst: Marc Kruyswijk
Foto's: Joost Hoving



Renée kampt al enige tijd met vervelende slaapkachten. Ze kan niet écht ontspannen. Renée maakt weliswaar nachten van twaalf uur, maar de rust wordt continu onderbroken door plotse bewegingen, onrustig gedrag en ze crosst in haar slaap het hele bed door. Gevolg: ze is moe overdag. Ze maakt een gejaagde indruk en meer dan eens is ze 'gewoon niet blij'.

Renée is voor haar klachten onder behandeling geweest van een aantal artsen en ieder van hen moest constateren dat er lichamelijk gesproken niets vreemds te vinden was. Zouden de

problemen misschien tussen de oren zitten? Via een osteopaat kwam Renée uiteindelijk terecht bij psychotherapeuten Rien Verdult en Gaby Stroecken. Hun hypothese is duidelijk: als er geen lichamelijke oorzaak is voor haar klachten, waarom zouden die dan niet kunnen worden veroorzaakt door traumatiserende gebeurtenissen in haar verleden? En in het verlengde daarvan: is psychotherapie in dat geval dan niet de beste behandeling?

Was Renée een volwassene geweest, dan waren dit tegenwoordig logische vragen. Want psychotherapie is een redelijk geaccepteerde behandeling geworden voor problemen van psychische aard. Alleen is Renée geen volwassene. Ze is een baby'tje van een half jaar oud. En Verdult en Stroecken zijn geen gewone psychotherapeuten, maar zij hebben zich toegelegd op prenatale psychologie, oftewel babypschotherapie.

Therapie dus. Niet met woorden, maar door middel van aanrakingen. Want baby's praten niet, maar ze communiceren wel degelijk, is het credo van Verdult en Stroecken. Als je maar weet hoe. „Je observeert het kindje. Je kijkt hoe het reageert wanneer je het in een bepaalde houding legt, of aanraakt. Dat klinkt voor sommige mensen misschien vaag, maar dat is het helemaal niet.”

Renée kan mooi ter illustratie dienen, zegt Verdult. Wanneer de therapeut zijn hand tegen het voorhoofd van het baby'tje houdt, begint ze met haar gezicht over zijn hand te bewegen. Niet één keer, maar een tiental keren achter elkaar. Verdult: „Tijdens de bevalling is Renée waarschijnlijk eventjes klem komen te zitten in het geboortekanaal en voor haar was dat een heel heftige ervaring. Ze heeft dat trauma, als je het zo wilt noemen, nooit helemaal goed kunnen verwerken.”

Een kind komt niet op de wereld als een onbeschreven blad. Kinderen krijgen voor, tijdens en ná de geboorte soms het nodige te verstouwen. Veel meer dan de meeste mensen denken, aldus de therapeuten. Want een kind komt niet ter wereld als een onbeschreven blad. Ontwikkelingspsychologen hebben in de afgelopen decennia aangetoond dat tijdens de zwangerschap en gedurende de bevalling kindjes zich tot op zekere hoogte bewust zijn van hun omgeving.

En daar dus ook last van kunnen hebben, zegt Verdult. „Een zwangere vrouw met stress geeft spanning door aan haar ongeboren kind. En wat te denken van een bevalling? Door sommige mensen wordt die gebeurtenis niet voor niets omschreven als gewelddadig. Een bevalling is een ingrijpende gebeurtenis voor de vrouw, maar hoe denk je dat een baby dergelijke krachten ervaart? Feitelijk kan je dat traumatisch noemen.”

Volgens Verdult en Stroecken kunnen baby's zelfs sterker reageren op ingrijpende gebeurtenissen in hun prille leventjes. Stroecken: „Omdat baby's beperkt zijn in hun reacties op overweldigende situaties, kunnen die situaties leiden tot trauma's met blijvende emotionele schade.

Ogenschijnlijk routinematige medische ingrepen zoals het inleiden van de bevalling of een tangverlossing kunnen voor het welzijn van de baby een dramatisch gevolg hebben. En wanneer de baby komt vast te zitten, kan dat leiden tot problemen, maar ook bijvoorbeeld wanneer de bevalling te snel gaat, zoals bij een stortbevalling. Dat wordt door de kindjes ervaren als een inbreuk op het biologische geprogrammeerde verloop van het geboorteprocés.” Een nare bevalling kan tot grote problemen leiden tussen moeder en kind. Bovendien kunnen ingrijpende ervaringen hun sporen nalaten en maken dat een baby in emotionele moeilijkheden komt. ”De baby’s kunnen ons via hun lichaamstaal heel wat signalen geven. Deze signalen kunnen onder meer zijn: huilen, slecht slapen, spijsverteringsproblemen.”



De behandeling van Reneé is een samenspel tussen het kindje zelf, de therapeuten en Vicky en Cindy, de twee moeders van het meisje. Een andere aanwijzing dat het kindje last heeft van de bevalling is dat ze zich continu met haar beentjes lijkt af te zetten. „Dat doen baby’s is die fase van de bevalling, feitelijk zijn dat de eerste stapjes die ze nemen. Maar mijn idee is dat Renée tijdens haar bevalling niets vond om zich tegen af te zetten, omdat ze vast is komen te zitten in het geboortekanaal.”

De behandeling is dus lichaamsgericht. Het idee is dat emotionele blokkades worden geheeld. Stroecken: „Door zachte aanrakingen op de juiste plaats, in een gedoseerd tempo, geef je de baby de kans om zijn pijn te uiten in een veilig contact. Op die manier heel je de wonden.”

Hoeveel behandelingen nodig zijn kunnen Verdult en Stroecken niet aangeven, dat verschilt van geval tot geval. “De feitelijke behandeling moet een aantal keren herhaald worden.

Meestal blijft de babypsychotherapie beperkt tot vijf sessies van één à anderhalf uur”. Verdult en Stroecken realiseren zich maar al te goed dat hun vakgebied niet onomstreden is. Maar wat zij doen is op geen enkele manier te vergelijken met de praktijken van programma’s als De Babyfluisteraar. Verdult: „Daarbij gaat men uit van gedragsconditionering. Volgens ons is het een vorm van kindermishandeling om alleen de symptomen te behandelen en voorbij te gaan aan de oorzaken van de pijn.”

Babypsychotherapie in opkomst

Psychoanalytische behandeling van zeer kleine kinderen komt in Nederland steeds meer in opkomst. Dat zegt Sylvia Nossent van de sectie Het Jonge Kind van het Nederlands Instituut van Psychologen. „Baby’s zijn gevoelig voor emoties, dat blijkt keer op keer. Waarom zou je dat niet serieus nemen?”

Volgens de ontwikkelingspsychologe wordt er aan verschillende universiteiten serieus werk gemaakt van het vakgebied ‘infant mental health’. Het begint een volwassen vakgebied te worden, zegt de schrijfster van onder meer het boek ‘Babyvisie: wat baby’s denken en voelen’. „Aan de Erasmus Universiteit zijn ze er druk mee bezig en ook elders wordt veel vooruitgang geboekt.” Ook noemt Nossent het Psychiatrisch Centrum Woerden en het Nederlands Psychoanalytisch Instituut in Amsterdam en Utrecht.

Het werk van mensen als Rien Verdult en Gaby Stroecken mag dan ook zeker niet worden geschaard onder beunhazerij. „Het is zeer zeker geen onzin. Er zijn uiteraard beroepsmatige verschillen van inzicht over de behandeling en ik denk persoonlijk niet dat je met zekerheid kan zeggen dat bepaald problematisch gedrag altijd direct is te herleiden naar precieze momenten tijdens de geboorte. Maar dat baby’s met emotionele problemen behandeld moeten en kunnen worden, staat vast.”

