

Opvang kan cruciale rol vervullen in sociale en emotionele ontwikkeling

Kinderopvang kan bijdragen tot de preventie van mentale problemen. Maar dan moet het wél kwaliteitsvolle opvang zijn.

7 minuten

22 december 2022

Kinderdagverblijven komen dezer dagen voornamelijk op een erg negatieve manier in het nieuws. Crèches die gedwongen worden te sluiten, verhalen over allerlei excessen ... Gelukkig verricht de overgrote meerderheid van de kinderdagverblijven goed werk. En professionele en kwaliteitsvolle kinderopvang kan bijdragen tot een maatschappij waarin alle ouders, en alle kinderen, zich optimaal kunnen ontwikkelen, zegt professor Nicole Vliegen (Faculteit Psychologie en Pedagogische Wetenschappen).

Vliegen is klinisch psychologe en expert inzake *Infant Mental Health* (IMH)– de sociale en emotionele ontwikkeling van jonge kinderen en prille ouders. Daarnaast doet ze ook onderzoek naar ‘vroege traumatisering’, onder meer bij pleeg- en adoptiekinderen. In Praxis P, het praktijkcentrum van de Faculteit Psychologie en Pedagogische Wetenschappen, werkt ze als psychotherapeut ook voornamelijk met die doelgroep.

Onlangs publiceerde professor Vliegen samen met collega-kinderpsycholoog Yannic Verhaest *Vroege ontwikkeling alle kansen geven*, een boek dat zich richt tot iedereen die – al dan niet beroepsmatig – te maken heeft met de opvoeding van jonge kinderen. “Uitgangspunt was de vaststelling dat experts al enkele decennia heel veel weten over wat er belangrijk is voor de ontwikkeling. Maar die kennis stroomt niet steeds even goed door naar de ruimere samenleving en de eerste lijn, kinderdagverblijven bijvoorbeeld.”

We weten wat er belangrijk is voor de ontwikkeling. Maar die kennis stroomt niet steeds even goed door naar de eerste lijn, kinderdagverblijven bijvoorbeeld.

Duizend dagen

De eerste duizend dagen in een mensenleven zijn ontzettend belangrijk voor een goede ontwikkeling. En daarin speelt de relatie met de zorgfiguren een centrale rol, legt professor Vliegen uit: “Bij baby’s draait alles om *regulatie*: een baby die huilt vraagt om uit te zoeken wat hij nodig heeft en hem zo tot rust te brengen – te reguleren. Daaruit ontstaat gehechtheid aan diegenen die altijd voor hem klaar staan – ouders, grootouders, maar ook de eventuele verzorgers in het kinderdagverblijf. En dat is dan weer de basis voor de ontwikkeling van het zo belangrijke basisvertrouwen.”

“Dat een kind af en toe het gevoel heeft dat zijn zorgfiguren er niks van snappen, dat het even niet krijgt wat het wil of nodig heeft, zorgt voor stress.” Maar dat is niet alleen onvermijdelijk,

zegt Vliegen, het is zelfs belangrijk voor de ontwikkeling. Ze stelt ouders in haar praktijk altijd gerust: “Als één op drie contactmomenten tussen ouder en kind goed zit, is dat eigenlijk al voldoende. Als je in het weekend rustig en met al je aandacht met je kind bezig kan zijn en zijn signalen opvangt, dan is het niet zo erg als je in de wekelijkse ochtendrush niet altijd iedere poging tot oogcontact maken hebt opgemerkt, of niet elk huiltje juist hebt geïnterpreteerd.”

© KU Leuven - RS

Toxische stress

Maar als kinderen zich *nooit* begrepen of gehoord voelen, ontstaat er stress die toxisch is, zegt Vliegen. “Als we het hebben over vroege traumatisering, doelen we op kinderen die tijdens die eerste duizend dagen verstoken blijven van liefdevolle zorg en stimulerende aandacht, die verwaarloosd worden of erger.”

“Geen enkele ouder heeft zich ooit voorgenomen om niet goed voor zijn kind te zorgen natuurlijk. Meestal spelen psychische problemen een rol, of worden de ouders helemaal in beslag genomen door zorgen. Andere zorgfiguren, zoals grootouders, kunnen het dan op zich nemen om het kind voldoende positieve en stimulerende interactie te bieden.” Maar in die moeilijke omstandigheden kan ook kinderopvang een goed tegenwicht zijn, zegt Nicole Vliegen. “Zeker als een situatie tijdelijk is – denk bijvoorbeeld aan een moeder die een postpartumdepressie doormaakt.”

© KU Leuven - RS

Kleine sponsjes

We realiseren ons niet altijd hoezeer kinderen sponsjes zijn van het affectieve klimaat rond hen, zegt Vliegen. “Een studie toonde aan dat een slapende baby dezelfde hersenactiviteit heeft wanneer zijn ouders tegen elkaar schreeuwen als een baby die wakker is. Een moeilijke echtscheiding, een ouder die in een rouwproces zit ... kinderen voelen dat heel goed aan. Tegelijk hebben mensen net op zulke momenten soms ook minder oog voor hun kind.”

Met hun boek hopen Vliegen en Verhaest meer alertheid te creëren voor signalen die er op wijzen dat een kind niet goed in zijn vel zit. “Een baby die niet goed eet, een peuter die maar wat voor zich zit uit te staren, een kleuter die zich heel moeilijk kan focussen op zijn spel ... We willen graag een taal aanreiken om die problemen te benoemen. Als kinderpsychotherapeuten denken we vaak, als we een kind zien met gedrags- of leerproblemen: hadden we dit gezin maar eerder over de vloer gekregen. Als iemand had opgemerkt dat er iets aan de hand was, dan hadden we veel vroeger kunnen bijsturen. We zien dat vanuit jonge gezinnen niet snel een beroep wordt gedaan op geestelijke gezondheidszorg, en al helemaal niet door de meest kwetsbare gezinnen.”

Tegenwoordig maken netwerken geestelijke gezondheidszorg (GGZ) voor kinderen en jongeren het steeds vaker mogelijk dat een kinderpsycholoog op vraag van een kinderdagverblijf – uiteraard in samenspraak met de ouders – een kind waarmee het niet goed lijkt te gaan een tijdje komt observeren. Om dan samen met de ouders te kijken: wat heb jij nodig om een goede ouder te zijn, en wat heeft je kind nodig om goed te ontwikkelen?

© KU Leuven - RS

Vroeg ingrijpen kan veel latere problemen voorkomen, zegt Vliegen. "De impact van negatieve vroegkinderlijke ervaringen is zeer groot omdat de hersenen nog voor een stuk vorm moeten krijgen. De sociale en emotionele ontwikkeling is daardoor erg ontvankelijk voor negatieve invloeden en kinderen die verwaarlozing, geweld of misbruik ervaren, lopen veel meer kans om kwetsbare, zieke of getraumatiseerde volwassenen te worden. Maar net omdat de plasticiteit van de hersenen nog zo groot is, zijn jonge kinderen ook erg veerkrachtig: in een warme en liefdevolle context kan heel veel ten goede worden gekeerd. Inzetten op vroege preventie en detectie en op vroege, niet-veroordelende hulp voor jonge gezinnen, lang voordat kinderen vastlopen in hun ontwikkeling, kan zo zorgen voor de preventie van geestelijke gezondheidsproblemen." Kinderopvang kan dus een heel belangrijke rol vervullen voor kwetsbare gezinnen. Maar uiteraard niet enkel voor hen: kwalitatieve opvang kan voor elk kind een meerwaarde vormen.

Negen baby's

Helaas is de realiteit dat niet alle kinderdagverblijven dezelfde kwaliteit bieden. Dat is een pijnpunt, zegt Vliegen. "In Vlaanderen is de norm: één verzorgster per negen kinderen. Probeer maar eens voor zoveel baby's tegelijk te zorgen ... Kinderdagverblijven met meerdere vestigingen, zoals die van KU Leuven, kunnen dat opvangen door wat meer handen bij de kleintjes te zetten en wat minder bij de grotere kinderen, en door de kinderverzorgsters vrij te houden van bijkomende taken. Maar de marge die de overheid uitzet is ontzettend belangrijk: er zijn kinderdagverblijven waar één iemand voor negen zuigelingen moet zorgen en tussendoor ook nog eens met de was en de maaltijden bezig moet zijn ... Dan wordt het wel héél moeilijk om nog goede zorg te bieden."

Hoe jonger het kind, hoe belangrijker immers dat zijn behoeften op tijd worden ingevuld. "Een baby *kan* nog niet wachten. Tegen een kleuter kan je al eens zeggen 'ik kom dadelijk bij jou'. Maar als een baby systematisch te lang op zijn eten moet wachten, zodat hij zo overstuurd raakt dat hij haast niet meer kan slikken, of als het ene kind wordt geforceerd om door te eten omdat de volgende ook honger heeft, dan kan je dat verwaarlozing noemen."

Als kinderpsychotherapeuten denken we vaak, als we een kind zien met gedrags- of leerproblemen: hadden we dit gezin maar eerder over de vloer gekregen.

Nest rond het nest

Daarnaast is ook de pedagogische visie van een kinderdagverblijf van cruciaal belang, zegt Vliegen. "In veel kinderdagverblijven zijn ze daar erg mee bezig. Ze laten de verzorgers bijvoorbeeld meegroeien met een groepje, vanuit een wetenschappelijke visie op de

gehechtheidsontwikkeling waarin beklemtoond wordt hoe belangrijk het is dat heel jonge kinderen zich niet telkens hoeven aan te passen aan steeds wisselende verzorgers.”.

Maar vandaag kan haast iederéén een kinderdagverblijf openen: “Je hoeft amper een pedagogische visie voor te leggen, de opleiding of ervaring die vereist wordt, is zo beperkt dat het haast te gek voor woorden is... .. Dat staat haaks op wat goede zorg zou moeten zijn. Terwijl: de kleinste stekjes in de tuin hebben de grootste zorg nodig. In een zorgzame samenleving, waarin betrokken en goed opgeleide zorgverleners, in samenwerking met hulpverleners, een nest vormen rond de meest kwetsbare nestjes van jonge gezinnen, kunnen we heel wat leed verzachten vandaag en heel wat latere psychische kwetsbaarheid voorkomen.”