

# HUIL MAAR, IK BEN BIJ JE

## HUILEN BIJ BABY'S (DEEL 2)

Een baby wordt geboren met het complete scala aan emoties zoals wij die kennen. Een baby moet alleen nog leren deze af te stemmen op zijn omgeving en de mensen om hem heen. Hij zoekt daarin naar grip op de wereld. Alles wat jij doet en laat, helpt hem om deze grip te krijgen en te leren. Hoe jong ze ook zijn. Huilen is altijd een signaal.

In een vorig artikel namen we je mee in de twee primaire redenen van huilen en de voordelen van het echt troosten van een kind en het accepteren van huilen. Heb je dit artikel gemist? Lees het dan [hier](#) nog terug. In dit artikel gaan we in op het *verschil tussen sussen en troosten* en waarom troosten juist zo belangrijk is voor baby's. En eigenlijk niet alleen belangrijk voor baby's, maar voor alle kinderen. Of zelfs voor alle mensen op deze wereld. We willen uiteindelijk allemaal echt gezien worden en er mogen zijn, ook met ons verdriet. Voor baby's is dit nog explicieter, omdat dit hun middel van communiceren is.

### Sussen en troosten

Sussen en troosten, begrippen die we kennen. Maar wat is het verschil hiertussen?

<b>Sussen:</b>	een (onbewuste) boodschap dat het verdriet zo snel mogelijk moet verdwijnen.
<b>Troosten:</b>	de baby uitnodigen om zijn emoties te tonen.

In onderstaand overzicht zie je duidelijk het verschil tussen sussen en troosten. Het begint vooral bij onze omgang met huilen/verdriet bij baby's. Nodigen we de baby uit om de emoties te tonen of drukken we ze weg, doen we er alles aan om het zo snel mogelijk te laten verdwijnen?

Je zult handelingen van beiden herkennen, dat is ook niet erg. Maar het is wel goed om je bewust te zijn van het verschil tussen sussen (eigenlijk het afdoen van verdriet) en troosten (accepteren van verdriet). Als je echt contact maakt met de baby en benoemt wat je ziet, zal het kind rustiger worden en zich getroost voelen. Je zult zelfs gaan zien dat baby's misschien wel eerst harder gaan huilen; ze voelen hier namelijk de ruimte toe. En dat is dan ook goed. Benoem dat dan vooral. Af en toe nog een speentje is dan ook prima, maar blijf ook vooral nog bij de baby. Je mag hier dan heus ook bij wiegen, want zeker jonge baby's vinden die beweging heel fijn. Het gaat er vooral om dat bij het 'typische sussen' waarbij al bewegend 'ssssht' geroepen wordt en vaak de woorden 'je hoeft niet te huilen' bij gezegd worden, ook al is dit goedbedoeld, we voorbij gaan aan het daadwerkelijke verdriet van het kind. Voor die baby is er namelijk wel iets aan de hand en dat mag er zijn.

Sussen	Troosten
Een (onbewuste) boodschap dat het verdriet zo snel mogelijk moet verdwijnen.	De baby uitnodigen zijn emoties te tonen.
De baby stil willen krijgen; voorbij gaan aan het waarom en de vaak achterliggende behoefte.	Het kind echt zien, het verdriet er laten zijn; benoemen dat je ziet dat het kind verdrietig is.
Oordelen/bagatelliseren; 'er is niets aan de hand', 'stil maar'.	Niet oordelen; er is voor het kind wél iets aan de hand en dat is oké.
De baby wiegen om het huilen te doen stoppen, 'sshhtttt'.	Er voor de baby zijn, in fysieke nabijheid, of in ieder geval aangeven dat je eraan gaat komen.
De baby afleiden om het huilen te doen stoppen, 'hey zie je ook dat vogeltje buiten?'	Liefdevol met de baby praten; benoemen wat je ziet, benoemen waarom je denkt dat hij verdrietig is en dat dat oké is, dat dat mag.
De baby een speen geven om het huilen te doen stoppen: kan zeker troost geven, maar is op zichzelf geen duurzame oplossing.	Afhankelijk van de behoefte van de baby fysiek contact maken; aaien, knuffelen, over buikje wrijven.

Huilen heeft absoluut een functie en is voor de baby en iedereen in het leven van de baby een manier van communiceren. Troosten is een duurzame manier om met huilen om te gaan. Waarbij naar de achterliggende behoefte gekeken wordt waardoor het huilen daadwerkelijk voor langere tijd kan stoppen, omdat die behoefte vervuld is en de baby dus weer tevreden is.

### Meer weten?

Wil je meer weten over het huilen bij baby's of de babyontwikkeling in het algemeen? Neem dan vrijblijvend contact op met een van onze adviseurs en informeer of Edux jou of jouw team kan ondersteunen.