

 Achtergrond

Kinderpsychiater Binu Singh: 'Wat we verwachten van ouders is niet realistisch'

31 januari 2023

Thomas Detombe

Kinderpsychiater Binu Singh hamert op het belang van de eerste duizend dagen voor de ontwikkeling van baby's en peuters. Onze omgang met jonge kinderen bepaalt hun gezondheid en latere functioneren. Toch mogen we niet alle druk bij ouders leggen, vindt Singh. "Opvoeding is een collectieve verantwoordelijkheid. We beseffen dat te weinig."

GEZIN | JONG | SOCIALE PROFESSIONAL



© ID / Stefaan Temmerman

Opvoeding op maat van kind

"Jonge kinderen zijn als ontlukende twijgjes in de grond", vertelt kinderpsychiater Binu Singh. "Geef ze licht en liefde, en hun wortels zullen groeien. Zet ze in de schaduw en je creëert een waslijst aan maatschappelijke problemen."

'Baby's hebben nood aan nabije, liefdevolle volwassenen.'

Singh spreekt met zachte stem, maar wat ze zegt, komt binnen. Als bezielster van het dagziekenhuis voor baby's en peuters 'kleine K' (UPC KU Leuven), vertolkt ze al jaren de noden van het jonge kind. Zelfs anno 2023 is dat nog nodig.

"Onze samenleving is georganiseerd op maat van volwassenen", legt ze uit. "Die logica moeten we omdraaien. Tegemoetkomen aan de fundamentele noden van kinderen is niet louter de zaak van ouders, kinderbegeleiders of kleuterleiders. Het zou ieders becom-mernis moeten zijn."

Waarom is de start in het leven zo belangrijk?

“Baby’s komen onvolgroeid en afhankelijk ter wereld. Ze hebben nood aan nabije, liefdevolle volwassenen. Mensen die hen leren wat nodig is om te leven in deze wereld en die de spanningen in hun lijfje mee helpen afvoeren. Baby’s en peuters kunnen dat zelf nog niet.”

“Overmatige stress in de eerste duizend dagen leidt tot fysieke en psychologische schade. 80 procent van de hersenontwikkeling vindt plaats voor het tweede levensjaar. Om al die redenen hebben kinderen recht op een kansrijke start. Dat zou toch het uitgangspunt moeten zijn.”

Wat als je die kansrijke start niet had?

“Dan mis je een sterk fundament. Zonder zo’n start ben je later vatbaarder voor allerlei bio-psychosociale problemen zoals emotieregulatie problemen, angststoornissen of depressie. Maar je ziet ook hechtingsproblemen en een lagere sociaaleconomische positie.”

“Ik zeg niet dat alles om zeep is als je je start miste. Ook de rest van je leven blijft belangrijk. Maar die eerste duizend dagen zijn wel een bepalende periode in je leven.”

Niet alles is om zeep als je je start miste: die boodschap is belangrijk om een nieuw soort slachtofferschap te vermijden. Ook als je geen makkelijke jeugd had, kan je nog uitgroeien tot een stabiele volwassene?

“Na een ongelukkige kindertijd kan je niet zonder meer stellen: ‘Ik ben om zeep’. Zo’n houding werkt verlamdend. Je kan wel erkennen dat die kindertijd je vandaag nog belemmert. Maar laat dat dan een uitnodiging zijn om je daarvan te bevrijden, bijvoorbeeld via hulpverlening. Daarmee leg ik de bal ook in het kamp van de samenleving. Hulp moet betaalbaar en beschikbaar zijn.”

‘Na een ongelukkige kindertijd kan je niet zonder meer stellen: ik ben om zeep. Zo’n houding werkt verlamdend.’

“Het verhaal rond de eerste duizend dagen komt soms nogal deterministisch over. Alsof je hele leven gemaakt of gekraakt wordt in die periode. Wat ik wil aangeven is het belang en de impact van de omgeving in die periode. We moeten als groep proberen voorkomen dat kinderen schade oplopen en ze een springplank naar het leven geven. Maar het is niet zo dat je als volwassene machteloos staat als het verkeerd liep. Integendeel: herstel is altijd mogelijk.”

Je stelt dat onze samenleving niet afgestemd is op de noden van de allerkleinsten. Maak dat eens concreet.

“We verwachten meer van jonge kinderen dan ze aankunnen. Dat komt omdat zorggevers overbelast zijn. Ouders staan er vaak alleen voor en moeten verschillende ballen tegelijk in de lucht houden. De kinderopvang en het kleuteronderwijs missen mankracht, middelen en waardering.”

‘De kinderopvang en het kleuteronderwijs missen mankracht, middelen en waardering.’

“In het ideale scenario zijn zorggevers opmerkzaam voor wat kinderen nodig hebben. Zijn ze moe? Hebben ze honger, een vuile pampers of hebben ze nood aan een knuffel? Stimuleer je hun ontwikkeling of herken je de behoefte aan een prikkelarm moment? Al die dingen in het oog houden, vergt tijd en mentale ruimte: twee cruciale hulpbronnen die mensen in de kinderopvang missen. Als je tegelijk zorgt voor acht kinderen dan heb je onvermijdelijk blinde vlekken.”

“Dat geldt ook voor het kleuteronderwijs. Klassen met twintig peuters zijn te groot voor een leerkracht. Misschien kan je nog net de orde bewaren of ervoor zorgen dat niemand in zijn broek plast, maar vaak is er geen ruimte om echt verbinding te maken en samen te leren en ontdekken.”

De kinderopvang en kleuteronderwijs sluiten te weinig aan op wat kinderen nodig hebben.

“Het is niet omdat een kleuterklas of crèche werkt voor volwassenen, dat ze ook werkt voor kinderen. Hoe we met jonge kinderen omgaan, bepaalt voor een groot deel hun gezondheid en latere functioneren. Ook op de arbeidsmarkt.”

“Die wetenschap dringt stilaan door tot in de beleidskamers. Toch zie ik nog altijd geen fundamentele hervormingen. We gaan veel te licht over de organisatie van verlofstelsel voor zwangerschap, ouderschap, onze kinderopvang en ons kleuteronderwijs.”



“Het is niet omdat een kleuterklas of crèche werkt voor volwassenen, dat ze ook werkt voor kinderen. Klassen met twintig peuters zijn te groot.”

© Unsplash / NCI

Is functioneren op de arbeidsmarkt het ultieme doel? Hoe vermijden we dat politici je boodschap misbruiken in een neoliberale discours: de mens en het kind als eeuwigdurend ontwikkelingsproject?

“Het zou jammer zijn als we investeringen in de eerste duizend dagen alleen maar zien als een middel om productieve burgers te creëren. Dat is helemaal niet wat ik wil zeggen. Ik geef mee wat jonge kinderen nodig hebben, en hoe we daarnaar kunnen handelen. Die nieuwe kennis is een hefboom tot een betere wereld. Het jonge kind beter begrijpen, maakt deel uit van een lange geschiedenis van menselijke vooruitgang.”

‘Het zou jammer zijn als we de eerste duizend dagen alleen maar zien als een middel om productieve burgers te creëren.’

“Vergelijk het met de beslissing om kinderrechten wettelijk te verankeren. Kwam die beslissing er vanuit de wens om betere of productievere burgers te maken? Nee, het doel was kinderen beter te beschermen. Bij de eerste duizend dagen is het net zo. Je moet de samenleving afstemmen op kinderen omdat we hun fundamentele noden steeds beter kennen. Het is een logisch evolutionair proces: hoe zorgen we ervoor dat we meer mens worden?”

Kinderbegeleiders vragen erkenning voor de belangrijke pedagogische rol die ze spelen. Ik begrijp dat, maar moeten kinderen echt al van in de kinderopvang ontwikkelingsdoelen halen?

“Kinderen ontwikkelen hoe dan ook. Het gebeurt gewoon. Het is aan ons om daar de beste omstandigheden voor te creëren. In dat opzicht is kinderopvang deel van het bredere nest rond het oudernestje: ze staan naast en in de rug van ouders.”

“De vraag hier is: hoe zorgen we ervoor dat kinderbegeleiders die pedagogische functie ook kunnen opnemen? En dan stoort ik me aan dat typisch Belgische gebricoleer. Alsof je deze enorme uitdaging beantwoordt door hier en daar wat bij te schaven. Je lost dit probleem echt niet op door crèches een ander statuut te geven. Ze verdienen een veel fundamenteelere erkenning en opwaardering.”

Lees ook

Maar het gaat toch breder dan alleen de kinderopvang?

“Jazeker. Alleen een overkoepelende aanpak kan onze kinderen een kansrijke start geven. Sensibiliseer de samenleving rond het belang van de eerste duizend dagen, pas verlostelsels aan, ondersteun de kinderopvang en het kleuteronderwijs, detecteer problemen zo vroeg mogelijk.”

“Zo’n brede aanpak overstijgt verkiezingen en vertrekt vanuit een brede groep experts en terreinwerkers. Ik zet het belang van de duizend eerste dagen op de maatschappelijke agenda en concretiseer wat kinderen in die fase nodig hebben. Wat betreft de beleidsmatige vertaling stel ik me nederig op. Anderen hebben hierin meer expertise.”

“Wat ik wel wil meegeven: mijn boodschap is veel omvattender dan de oplossingen waartoe men het soms herleidt. Een beleidsnota op basis van alle beschikbare kennis zou een goede start zijn. Zoiets geeft richting en plaatst maatregelen in perspectief. Landen zoals Nederland en Zweden doen dat al.”



Donkere wolken boven kinderopvang: ‘Te veel kinderen per begeleider’

Welke rol spelen ouders? Zijn kinderen niet vooral hun project?

“Ouders vervullen meerdere rollen tegelijk en voeden hun kinderen veel bewuster op dan vroeger. Maar we mogen niet alle know-how rond het jonge kind in de bak van jonge ouders gooien.”

‘We mogen niet alle knowhow rond het jonge kind in de bak van jonge ouders gooien.’

“Ik weet dat je je best doet, maar leg de lat alsjeblieft nog wat hoger, anders verpruts je je kind. En voel je maar schuldig als het allemaal niet lukt. Dat is een totaal verkeerde vertaling van mijn boodschap. Absolute ouderlijk zelfredzaamheid is een illusie. Je hebt anderen nodig om als opvoeder te slagen.”

Toch ervaren ouders veel druk. Hoe ga je best om met die berg aan opvoedingsadviezen?

“Het is normaal dat je als ouder druk voelt. Maar voel je niet schuldig als het eens niet lukt, niemand is de perfecte ouder. Vergelijk het met gezond eten. Iedereen geeft zijn kind weleens snoepjes, maar iedereen weet ook dat je best niet overdrijft. Als je kind het grootste deel van de tijd gezond eet, is het oké. Voor opvoeding en hechting geldt hetzelfde. Goed is goed genoeg.”

“Kinderen veranderen je leven niet, je leven zoals je het kende houdt gewoon op. Toch minstens voor enkele jaren. Je kan onmogelijk verwachten dat alles bij het oude blijft en je kind zich zal schikken. Jonge kinderen combineren met een voltijdse job, verbouwingen, een rijk sociaal leven, bloeiende partnerrelatie en drie vakanties per jaar: dat gaat simpelweg niet.”

‘Jonge kinderen combineren met een voltijdse job, verbouwingen, een rijk sociaal leven, bloeiende partnerrelatie en drie vakanties per jaar: dat gaat simpelweg niet.’

“Natuurlijk zal je soms last hebben van FOMO, de angst om iets te missen. Toch is het goed regelmatig gewoon thuis te zijn met je kinderen. Het stelt je in staat om contact te maken met je eigen ouderschap en met die lastige vraag of je het wel goed doet. Wie naar zijn buikgevoel luistert, weet meestal wel of hij een goede mama of papa is. Wie meeholt in de ratrace zal zich sneller onzeker voelen en meer druk ervaren.”

Hoe ga je om met die druk?

“Het is belangrijk dat jonge ouders hun worstelingen delen met de buitenwereld. Blijf dus niet op je eiland zitten. Vertel aan familie en vrienden wat je moeilijk vindt en waarom. Dat lucht op en geeft tegelijk het signaal dat je best wel wat hulp kunt gebruiken.”

“Stel voor om af te spreken bij iemand thuis als het eens lastig loopt. Zo kunnen de kinderen samen spelen en kan jij even praten met een andere volwassene. Een beetje erkenning en gedeelde opvoeding doet wonderen. Al heb je daar tijd nodig. Als iedereen een overvolle agenda heeft, lukt het niet.”



“Wie naar zijn buikgevoel luistert, weet meestal wel of hij een goede mama of papa is. Wie meeholt in de ratrace zal zich sneller onzeker voelen en meer druk ervaren.”
© ID / Stefaan Temmerman

Wat met een alleenstaande moeder die onmogelijke nachtschiften draait? Kan zij de lat wel lager leggen?

“Sommigen ouders missen inderdaad bewegingsruimte. Daarom moet verandering ook top-down vormkrijgen. En daarom moeten kansrijke ouders, experts en iedereen met een stem op dezelfde nagel blijven kloppen. Nee, wat we vandaag verwachten van ouders is niet realistisch. En ja, dat is ieders verantwoordelijkheid, ook van wie geen kinderen heeft. Kinderen en opvoeding zijn een collectieve, maatschappelijke verantwoordelijkheid. We beseffen dat te weinig.”

‘Nog niet zo lang geleden kende Vlaanderen een echte dorpsmentaliteit. Dat had als nadeel sociale controle, maar het sociale weefsel was sterker.’

“De kinderopvang laat zich horen. Ze vragen terecht meer middelen om hun job goed kunnen doen. Ik hoop dat ook ouders met die boodschap naar buiten treden: help ons! Het gevoel dat je tekortschiet, werkt verlamrend. Dat begrijp ik. Maar het is ook belangrijk om niet toe te geven aan schuldgevoelens. Negeer niet wat moeilijk loopt, ga niet blindelings mee in de ratrace, maar klop op tafel. Alleen zo help je de samenleving vooruit.”

“Eigenlijk zijn jonge ouders van nu pioniers. Met hun ene been staan ze in een heden dat niet meer werkt, met hun andere in een toekomst die er nog niet is. Zo’n spagaat is nooit comfortabel. Verandering is lastig.”

Je houdt een sterk pleidooi opvoeding als een collectief, gedeeld project. Ligt dat in onze natuur?

“Zeker. Bijna onze hele geschiedenis leefden we in groep en hebben we onze kinderen in groep opgevoed. Nog niet zo lang geleden kende Vlaanderen een echte dorpsmentaliteit. De kerk, de leerkracht, je familie en de arts in het dorp speelden allemaal een rol in de opvoeding van kinderen. Dat had als nadeel sociale controle en individuele onvrijheid, maar het sociale weefsel waarop mensen konden terugplooien, was sterker.”

“Vandaag slaat de slinger door naar maximale individuele vrijheid, wat leidt tot sociale versnippering. Ik denk dat we individuele vrijheid en intermenselijke verbondenheid opnieuw in evenwicht moeten brengen. In India, mijn geboorteland, zijn kinderen overal bij. Iedereen vindt dat normaal en houdt er rekening mee. Bij ons delen we de samenleving op in kindvriendelijke zones en zones voor volwassenen.”

Lees ook

En dat is geen goed idee?

“Meestal hoeft die tweedeling niet. Een kind kan bijvoorbeeld perfect aanwezig zijn op een begrafenis. Daar leert het veel uit. Omgekeerd leren volwassenen in eenvoudige woorden vertellen wat zo’n begrafenis betekent. We moeten die gesplitste werelden opnieuw samenbrengen.”

“Uiteraard hoeven kinderen niet overal bij te zijn. Ik pleit er ook niet voor om het kind altijd en overal centraal te stellen. Maar wat meer samenleven en wat meer samen opvoeden zou niet slecht zijn.”



Opvoeding: ‘Wat na de eerste duizend dagen?’

Een beter uitgeruste kinderopvang, meer ouderschapsverlof, opvoeding als collectief project. Dat vraagt om een systemische shift. Is dat realistisch?

“Ik denk het wel. Corona leerde hoe snel we onze samenleving kunnen omgooien. Een nieuw opvoedingsnormaal moet zowel van onderuit als van bovenaf groeien. Maar we kunnen dit. Ooit zullen we de noden van het jonge kind even belangrijk en vanzelfsprekend vinden als het wassen van onze handen na een toiletbezoek.”



Van Hart tot Hart

Inspiratie vanuit het jonge kind

Binu Singh

Pelckmans | 2022

[Meer info](#)

ELKE WEEK EEN UPDATE?

[Schrijf je in voor de nieuwsbrief](#)

ZELF SCHRIJVEN?

[Redactionele richtlijnen](#)

JE ACTIVITEIT BEKENDMAKEN?

[Agenda](#)

VRAAG OF OPMERKING?

info@sociaal.net

Met de steun van de Vlaamse overheid.

Sociaal.Net vzw, Turnhoutsebaan 139A, 2140 Borgerhout

© 2023 **SOCIAAL.NET**
