



Van knuffels word je sterk - 15/09/2007

Van knuffelen worden kinderen groot. Op voorwaarde dat we er snel bij zijn, liefst vanaf de geboorte. Baby's urenlang laten huilen in hun bedje, zagezegd omdat het goed is voor de longen, slaat nergens op.

Aan het begin van de twintigste eeuw waren de overlevingskansen van baby's die in een weeshuis terechtkwamen, bedroevend klein. Henry Chapin, een New Yorkse arts, trok in 1915 op onderzoek in vondelingentehuizen en ontdekte dat in negen van de tien geen enkel kind zijn tweede levensjaar haalde. Het waren de hoogdagen van het behaviorisme. Leren kon alleen maar via beloning en straf en dus mocht belonen alleen gebeuren na gewenst gedrag. In die opvatting was de onvoorwaardelijke liefde van ouders voor hun kinderen een kwalijke zaak, want de beste garantie op een generatie luie, verwende en zwakke kinderen.

Eind jaren twintig publiceerde de behaviorist John Watson de bestseller *Psychological Care of Infant and Child*, waarin hij vurig pleitte voor babyfarms, waar kinderen ver weg van de verderfelijke invloed van hun ouders opgevoed zouden worden. Voor het zover kwam, moesten die ouders er vooral voor zorgen dat ze de behavioristische principes in de omgang met hun kinderen toepasten: niet oppakken wanneer ze huilen, niet knuffelen, alleen straffen voor slecht gedrag en belonen voor goed gedrag. Want dat was de enige manier waarop ze sterk konden worden, vond Watson.

Echt waar? De eerder genoemde Henry Chapin trok na zijn New Yorkse onderzoek naar Europa om na te gaan hoe het er in de weeshuizen van de Oude Wereld toging. Hij was zeer verrast door wat hij in Duitsland zag. Een goed in het vlees zittende oude vrouw liep van zaal tot zaal met een baby in haar armen. De arts vroeg verbaasd wie zij was. 'O, dat is oude Anna', luidde het antwoord. 'Als we op medisch vlak alles geprobeerd hebben en de baby dreigt het toch niet te halen, dan geven we hem aan haar. Ze heeft altijd succes met haar aanpak.' De succesvolle aanpak van Anna was bijna te simpel om waar te zijn: het kind tegen zich aan houden en af en toe knuffelen.

Het verhaal is te vinden op het internet en mag wat van een stadslegende weg hebben, toch bevestigt wetenschappelijk onderzoek steeds meer hoe belangrijk aanrakingen in de eerste levensjaren zijn. De beelden van de Roemeense weeshuizen vlak na de val van Ceaucescu, staan nog op ons netvlies gebrand: veel te kleine, magere kinderen met holle ogen, die zichzelf

dwangmatig wiegden, wellicht omdat niemand anders ooit de moeite genomen had.

Ongelukkige aapjes

De proeven die de Amerikaanse psycholoog Harry F. Harlow een halve eeuw geleden aan de universiteit van Wisconsin uitvoerde, zouden vandaag tot het nodige gefrons leiden wegens bepaald dieronvriendelijk. Harlow haalde jonge resusaapjes een paar uur na de geboorte bij hun moeder weg en plaatste ze bij twee surrogaatmoeders: twee poppen, waarvan de een met een zachte stof bedekt was en de ander uit koude, naakte staaldraad bestond. Beide 'moeders' hadden een systeem waardoor de aapjes melk konden drinken. Meteen viel op dat de aapjes een uitgesproken voorkeur hadden voor de pop met stof, ook al gaven beide surrogaatmoeders evenveel melk.

Harlow besloot nog een stapje verder te gaan en deelde de aapjes in twee groepen in: de ene groep mocht bij de zachte pop blijven, terwijl de tweede groep naar de staaldraadpop verhuisde. Beide groepen bleven evenveel melk drinken, groeiden ook, maar hun gedrag vertoonde na verloop van tijd opvallende verschillen. Telkens wanneer Harlow de aapjes blootstelde aan harde, vreemde geluiden, zochten de aapjes hun toevlucht bij de zachte moeder en kalmeerden zij vrij snel door het contact met de zachte stof. De aapjes met de staaldraadmoeder hadden blijkbaar geen idee waar ze naartoe moesten en gooiden zich dan maar angstig op de grond, krijsten luid en wiegden zichzelf heen en weer. Precies zoals emotioneel verwaarloosde kinderen doen.

Harlow wilde meer weten. Hij isoleerde jonge resusaapjes volledig van de buitenwereld: geen soortgenoten, geen moeder, zelfs niet eentje van stof of draad. Na drie maanden bleek de emotionele schade onomkeerbaar te zijn, en konden alle liefde en aanrakingen van de wereld de maanden van gebrek aan contact met andere dieren of een moeder niet meer ongedaan maken.

Het knuffelhormoon

Alweer nam de universiteit van Wisconsin het voortouw. Psycholoog Seth Pollack onderzocht samen met zijn team de groei en evolutie van Amerikaanse kinderen die door hun biologische ouders werden grootgebracht, vergeleken met de groei en evolutie van kinderen die hun eerste levensmaanden of -jaren in overbevolkte Russische en Roemeense weeshuizen doorbrachten voordat ze door een Amerikaans gezin geadopteerd werden.

De kinderen werden geobserveerd tijdens het spelen, zittend op de moederschoot. Voor en na de spelactiviteit en het lichamelijke contact met hun moeder, namen de onderzoekers een urinestaal af van de kinderen. Het lag in hun bedoeling de hoeveelheid vasopressine -het hormoon dat ons helpt vertrouwde personen te herkennen- en oxytocine -het hormoon dat ervoor zorgt dat we ons veilig, verbonden en geborgen voelen en dat ook ons stressniveau naar beneden haalt- te meten. De kinderen uit weeshuizen hadden

minder vasopressine in hun urine en hun oxytocinegehalte verhoogde niet nadat ze geknuffeld waren, zoals dat bij kinderen die vanaf hun eerste dagen gekoesterd werden wél het geval was. Blijkbaar moeten de krijtlijnen dus in de eerste levensjaren of - maanden uitgezet worden.

De populaire benaming van oxytocine is, niet verwonderlijk, 'het knuffelhormoon'. Dat oxytocine een dramatisch effect kan hebben op gedrag, werd onlangs nog door dierproeven aangetoond. Zoogdieren waarbij de aanmaak van het hormoon geblokkeerd wordt, verwerpen hun eigen jongen. En ratten die zelf nog niet gejongd hebben, ontfermen zich na een injectie met oxytocine als vanzelf over wildvreemde jonge ratjes. Of dit knuffelhormoon het nieuwe wondermiddel is en binnenkort als magisch geneesmiddel verkocht zal worden aan iedereen die met hechtingsproblemen worstelt, is echter zeer onwaarschijnlijk. Daarvoor heeft het lang nog niet voldoende van zijn geheimen prijsgegeven.

Professionele knuffelaars

De onderzoeksresultaten van de naartige wetenschappers uit Wisconsin vielen hoe dan ook niet in dovemansoren: prompt werd in heel wat Amerikaanse ziekenhuizen en weeshuizen een 'babyknuffelprogramma' opgestart. Oorspronkelijk vooral voor de golf van crackbaby's die begin jaren negentig van hun moeders weggehaald werden, en tegenwoordig voor elke baby die om welke reden ook niet op tijd de nodige moederlijke knuffels ontvangt. '*Volunteer to cuddle babies!*' klinkt de wervende slogan. Help een baby bij het ontwikkelen van sociale vaardigheden, betere leervaardigheden en een sterker zelfbeeld! Elke vrijwilliger die zich aanmeldt wordt gescreend en daarna professioneel opgeleid tot knuffelaar: van naaldje tot draadje wordt hem aangeleerd hoe hij baby's moet vasthouden, wiegen en klopjes op de rug geven, niet te hard en niet te zacht.

Onderzoek uit verschillende hoeken van de wereld heeft inmiddels aangetoond dat te vroeg geboren kinderen die enkele keren per dag gestreeld of gemasseerd worden, tot tweemaal zo snel in gewicht kunnen aankomen als kinderen die het zonder aanrakingen moeten doen. En dat lamswollen dekentjes het, bij gebrek aan échte knuffels, ook prima kunnen doen als groeistimulator (denk maar aan de resusaapjes).

Bij ons is er nog lang geen sprake van professioneel opgeleide babyknuffelaars op de afdeling neonatologie, maar dat te vroeg geboren kinderen méér noden hebben dan eten en medische verzorging, is ook hier luid en duidelijk doorgedrongen. Op de dienst neonatologie van het UZ Gent heeft de tijd niet stilgestaan. Vandaag is er veel meer aandacht voor het comfort van de borelingen. De couveuses en bedjes worden afgeschermd van te fel licht en alle storende geluiden worden zoveel mogelijk vermeden: het personeel spoedt zich om de telefoon te beantwoorden, de alarmsignalen klinken niet luider dan nodig is. En de kindjes worden in de mate van het mogelijke vastgepakt en aangeraakt.

Comfortzorg

'Naast medische zorgen is er zeer veel aandacht voor comfortzorg', zegt Marina Martens. 'De ouders mogen altijd bij hun baby en kunnen hem ook op schoot nemen. Ouderparticipatie is een belangrijk onderdeel van de zorg geworden. Er zijn natuurlijk kinderen die er erg aan toe zijn en bij wie je er vooral moet op letten dat de beademing niet in het gedrang komt. Omdat ze zwaar beademd worden, kun je ze niet zomaar oppakken en op schoot nemen. Vroeger lagen ze in hun gesloten couveuse, compleet afgeschermd van de buitenwereld. Vandaag is dat anders: ze liggen op een open bedje, maar wel zo goed mogelijk gesteund: we leggen een soort van 'worstje' -een u-vormig kussen- om hen heen, zodat ze zich veilig, begrensd en beschermd voelen. We zorgen ervoor dat ze in een natuurlijke houding liggen en proberen ze ook zo te leggen dat we hun hand-mondcoördinatie -erg belangrijk voor te vroeg geboren kinderen- stimuleren. De ouders kunnen hun zwaar zieke baby misschien niet zomaar op schoot nemen, maar we moedigen hen aan tegen hun baby te praten, hem te strelen. Als ze dat willen, kunnen ze hun wang ongehinderd tegen de wang van hun kind leggen.'

Kathleen Vereecken