

Er zijn maar weinig onderbouwde interventies die de gehechtheid tussen ouders en kinderen kunnen bevorderen. De interventies die er zijn, zijn vaak kostbaar en tijdrovend. Daar kan snel verandering in komen.

Onderzoek toont aan dat het uitreiken van een draagdoek – samen met wat uitleg – onveilige gehechtheid kan voorkomen.

Rachel Verweij

Babydragen: eerherstel

voor eeuwenoude interventie

Op de WAIMH conferentie, eind mei, waren er twee presentaties rondom het dragen van baby's. De resultaten zullen eind dit jaar gepubliceerd worden, maar Vroeg mag alvast een tipje van de sluier oplichten.

Pionier

Al begin jaren negentig was er een pionier aan Columbia University, New York, die er onderzoek naar deed¹. Ze gaf 23 lage SES-moeders - veelal zwart of Spaanstalig - een draagzak en 26 een kinderzitje. Het percentage veilig gehechte baby's in de gedragen groep was 83%, terwijl het in de groep met het autostoeltje slechts 38% was. Dit laatste cijfer is een vrij normaal percentage in een risicogroep zoals deze. Het verschil is statistisch significant, hoewel het om een klein aantal moeders ging.

Borstvoeding

De opvallende resultaten leidden niet tot nieuw onderzoek. Het bleef lange tijd stil. Tot 2012, toen een Italiaanse onderzoeksgroep ontdekte dat het gebruik van de draagzak de duur van de borstvoedingsperiode en de frequentie van voeden verhoogde. Andere onderzoekers kwamen erachter dat het gebruik van een rugdrager bij wat oudere kindjes de taalontwikkeling bevordert. Maar over gehechtheid publiceerde niemand. Tot recent.

Simplel

Onderzoekster Lela Rankin Williams van Arizona State University was één van de sprekers over dit onderwerp tijdens de WAIMH-conferentie, en ik interviewde haar op een zonnige dag in Den Bosch. "Op de een of andere

manier is dit simpele instrument aan de aandacht van onderzoekers en psychologen ontsnapt. Mijn eigen ervaring als moeder gaf me het laatste zetje voor dit onderzoek. Ik genoot van het dragen van mijn baby's en ik zag allerlei voordelen, maar ik ontdekte dat de wereld van het dragen en de wereld van de psychologen echt twee aparte werelden waren."

Williams besloot onderzoek te gaan doen binnen de groep tienermoeders waar zij mee werkt. "Het is een groep met een hoog percentage onveilig gehechte baby's en een vergroot risico op kindermishandeling. We bereiken deze moeders op dit moment alleen met dure één-op-één thuisbegeleiding. Het geven van een doek of drager en een kort consult is dan relatief een heel goedkope interventie."

¹ Elizabeth Anisfeld et al. "Does infant carrying promote attachment? An experimental study of the effects of increased physical contact on the development of attachment", Child development 61 (1990): 1617-27



draaggroep waren tijdens de hereniging vaker positief tegen hun baby of probeerden hem op te vrolijken met liedjes en spelletjes. Moeders uit de boekjesgroep vertoonden vaker teruggetrokken gedrag, alsof ze al bij voorbaat dachten dat het toch niet zou lukken hun baby te kalmeren.

“Deze resultaten bevestigen - na lange tijd - het onderzoek uit 1990”, vertelt Williams: “De effecten zijn gemiddeld tot groot. Dit is zeer interessant, omdat andere bekende interventies slechts een klein tot gemiddeld effect hebben. En wat ik ook zo mooi vind: het dragen van de baby kost deze moeders, die toch al zó onder druk staan, geen extra tijd. Integendeel, ze worden juist ontlast door het dragen. Verder zijn we op dit moment nog bezig met de andere analyses, maar we zien dat moeders én baby’s ook beter slapen, dat moeders minder buikklachten hebben en dat ze langer borstvoeding geven. En dat juist in deze groep moeders, waar het geven van borstvoeding een enorme uitdaging is.”

Test

En inderdaad, de resultaten die Williams vond, bevestigen het eerdere onderzoek. 35 moeders kregen een babydrager met het verzoek deze een uur per dag te gebruiken; 40 andere moeders kregen een babyboekje om uit voor te lezen. Met zeven maanden werden de baby’s onderworpen aan de ‘still face test’, een test van de interactie tussen moeder en kind en daarmee een goede voorspeller van gehechtheid. De moeder wordt gevraagd even te spelen met de baby, dan haar gezicht twee minuten uitdrukingsloos te houden en daarna weer contact te maken tijdens de ‘hereniging’.

Baby’s uit de draaggroep reageerden met heftiger negatief gedrag op het stille gezicht van hun moeder en kalmeerden daarna weer sneller tijdens

de hereniging. Ook waren ze tijdens het gehele onderzoek vaker bezig om de moeder neutraal of geïnteresseerd te observeren. Baby’s uit de boekjesgroep reageerden juist met meer negatief gedrag tijdens de hereniging; ze waren moeilijker te kalmeren. Tijdens de stressvolle ‘still face’ - fase waren ze meer bezig met hun omgeving, een mogelijke voorspeller van een vermijdende gehechtheid.

Sensitief

Dit effect zag je terug in het gedrag van de moeders. Moeders uit de

‘Een draagdoek en een consult is een heel goedkope en effectieve interventie’

Op dit moment is Williams een nieuw onderzoek gestart naar dragen van pasgeborenen van moeders die onder invloed waren van pijnstillers. De baby’s komen verslaafd ter wereld. Het lijkt erop dat lichaamscontact en dragen het afkickproces aanmerkelijk kunnen verzachten en verkorten: van 4-6 weken naar een dag of 5!

Hongersignalen

Ook dr Emily Little van onderzoeksinstituut ‘Nurturely’ gaf een presentatie tijdens het WAIMH-congres. Zij deed nader onderzoek naar het positieve

effect van de draagzak op het geven van borstvoeding. Little ontdekte dat tijdens fysiek contact met hun baby, moeders sneller reageerden op de eerste hongersignalen dan moeders die alleen visueel contact hadden. Ook vond ze dat lage SES-moeders die een babydrager gebruikten, vaker voedden tijdens een etmaal, minder bijvoeding gaven en later startten met het geven van kunstmatige zuigelingenvoeding. Allemaal factoren die de lange borstvoedingsduur, die al eerder was gevonden, bevestigen - en wellicht ook verklaren.

Nederland

Ook in ons eigen land is dragen in de belangstelling komen te staan. Marian Kranenburg-Bakermans van de VU Amsterdam is geïnteresseerd in de onderliggende mechanismen van sensitief ouderschap - en in de rol van vaders, die vaak niet aan bod komen in onderzoek. "We weten uit eerder onderzoek dat oxytocine neusspray maakt dat vaders sensitiever spelen met hun kind. Lichaamscontact bevordert eigen oxytocine-productie en de draagzak zorgt voor meer lichaamscontact. We geven in ons onderzoek vaders een draagzak of een kinderzitje, net als in het onderzoek in New York. We hebben nog geen resultaten, maar de vaders zijn alvast erg enthousiast over het dragen. Het is mooi om te zien hoe trots ze met hun baby in de draagzak rondlopen. We zijn benieuwd naar de effecten

op hun hormonen, hun neurale reacties op babygeluiden en oudergedrag."

Armoede

In het project van jeugd-GGZ Dimence 'Cuddle en Care' krijgen moeders met een beperkt inkomen steun door middel van een financieel advies, groepsbijeenkomsten met samen eten, bezoek van een IMH-specialist in de groep én een babydrager met consult (zie kader). Een eerste enquête wijst uit dat de moeders blij zijn met hun doek of draagzak, dat 90% van hen is gaan dragen en dit nog

steeds doet en dat deze hen helpt de baby te troosten, lekker te knuffelen en om zich dichtbij hun baby te voelen. De helft van de moeders geeft borstvoeding of heeft dit gedaan met een gemiddelde duur van meer dan 10 maanden.

Betrokken IMH-specialist Marilene de Zeeuw: "Ik denk dat de tijd rijp is om op meer plekken te gaan starten met deze simpele interventie. Liefst natuurlijk met onderzoek eraan gekoppeld, maar langzamerhand kunnen we niet meer om de positieve effecten heen!" ●

Cuddle and Care

Financiële problemen kunnen de hechting tussen ouder en kind belemmeren. Dit is een potentiële bron voor zwaardere problemen op latere leeftijd. Dat risico is vooral groot bij alleenstaande ouders die vaak weinig steun van hun omgeving hebben. Het project Cuddle & Care zet in op een geïntegreerde aanpak. Dit gebeurt in een peersupportgroep, met als doel het bevorderen van een gezonde ontwikkeling van deze kinderen.

De opzet slaat enorm aan, zo blijkt uit de eerste ervaringen in de gemeenten Zwolle, Deventer en Hardenberg. Meer informatie, waaronder ook ervaringsfilmpjes, staat op impluz.nl/project/cuddle-care. Om het concept voort te zetten en uit te breiden, is men op zoek naar donateurs. Wilt u bijdragen aan dit project? Maak dan een donatie over op rekeningnr. NL81 RABO 0174 3474 64 t.a.v. Impluz o.v.v. 'Draagdoeken' of neemt u contact op met Marilene de Zeeuw ([m.dezeeuw@jeugdggz.com](mailto:dezeeuw@jeugdggz.com)).



Lela Rankin Williams met zoontje in draagzak

auteursinformatie

Rachel Verweij (verweij@hechteband.nl) is freelance journaliste, draagdoekconsulent en trainer bij Trageschule Nederland. Dit artikel wordt u aangeboden door Stichting Babywerk: www.babywerk.nl.

