**IN 5 STAPPEN SENSITIEF REAGEREN OP JE BABY**

door Melanie Visscher



Is de relatie van jou en je kind gebaseerd op responsiviteit en sensitiviteit? Is er sprake van interactie die beide kanten opgaat? Observeer jij je baby goed en ben je gevoelig voor zijn signalen? Dan ben je een sterke fundering aan het leggen voor leren en ontwikkeling in het brein van je kind. Dit heet sensitieve responsiviteit. Dat doe je samen! Hieronder vind je de 5 stappen om sensitieve responsiviteit in de praktijk te brengen.

**1. ONTDEK WAAR JE KIND ZIJN AANDACHT OP RICHT EN RICHT JOUW AANDACHT ER OOK OP.**

Kijkt of wijst je kind ergens naar? Maakt hij een geluid of zie je aan zijn gezichtsexpressie dat hij iets opmerkt? Bewegen de armen en de benen? Dan is zijn aandacht ergens op gefocust. De truc is om dit te herkennen en erachter te komen waar de focus van je kind op gericht is. Je kunt dit op elk moment van de dag doen. Waarom? Als je ziet waar je kind zijn aandacht naar uit gaat leer je veel van hem. Wat heeft hij nodig? Waar ligt zijn interesse? Wat kan hij al? Je stimuleert zijn onderzoeksdrang en geeft hem het gevoel dat je hem ‘ziet’. Het versterkt jullie band.

**2. LAAT MERKEN DAT JE HET OOK ZIET, HOORT, VOELT OF RUIKT EN GEEF EEN PASSENDE REACTIE.**

Is hij ergens van geschrokken, geef hem een knuffel of geruststellende woorden. Help hem, speel met hem en erken wat jij bij je kindje ziet. Dat kan al met een geluid of met je gezichtsexpressie. Zoals een glimlach of zeggen: ‘Ja, ik zie het!’. Je laat merken dat je het ook hebt gezien. Kijkt je baby naar een voorwerp? Pak het maar op en geef het aan hem. Waarom? Je bevestiging stimuleert zijn interesse en nieuwsgierigheid. Het helpt hem met de stress van nieuwe dingen ontdekken omgaan. Hij voelt zich gehoord en gezien.

**3. ONDERTITEL JE BABY**

Benoem alles waar je kind zich op richt. Vertaal zijn gevoelens of beschrijf wat hij doet. Je helpt hem zijn wereld te ordenen en bij de ontwikkeling van taal. Al voordat hij je woorden kan begrijpen, of zelfs kan uitspreken, ontstaan er bij hem belangrijke verbindingen in de hersenen. Waarom? Je helpt hem zijn wereld te begrijpen en maakt deze veilig en voorspelbaar. Over een tijdje kan hij de woorden zelf gaan gebruiken.

**4. GEEF RUIMTE AAN JE KINDJE**

En nu, wachten maar… geef je kindje de tijd om op jou te reageren. Wissel de beurt af. Je kindje heeft tijd nodig, want het heeft zoveel tegelijk te leren! Vul niets in, maar laat stiltes vallen. Zijn ‘antwoord’ komt vanzelf. Waarom? Van beurt wisselen helpt je kind met het leren van zelfdiscipline en sociale vaardigheden. Doordat je op hem wacht geef je hem de tijd om zijn ideeën te laten ontstaan en het versterkt zijn zelfvertrouwen. En door het wachten leer jij zijn behoeften kennen.

M

**5. DOORHEBBEN WANNEER HET KLAAR IS**

Kinderen geven signalen af wanneer ze klaar zijn. Ze laten bijvoorbeeld het speeltje vallen, pakken iets nieuws of kijken van je weg. Misschien wordt hij wel onrustig. Wanneer je samen de aandacht met je kind deelt zal je ook merken wanneer het genoeg is. Volg je kindje hier dan in. Waarom? Wanneer jij je kindje laat leiden, steun je hem in zijn ontdekkingsreis. Je gaat sensitief om met zijn behoefte. Je overvraagt niet en laat hem in zijn eigen tijd en op zijn tempo leren.

Sensitieve responsiviteit wordt een tweede natuur wanneer je dit dagelijks toepast. Het is fijn om samen te ontdekken en de wereld door zijn ogen te beleven. En het vormt de basis voor een leven lang ontdekken, super belangrijk voor je kleintje!