

Dunstan Babytaal

‘Het is een aanvulling op de kennis die je al hebt’

Dunstan Babytaal gaat ervan uit dat elke baby vijf geluiden maakt. Daarmee geeft een baby aan of hij honger heeft, last heeft van een darmkrampje, moe is, ongemak ervaart of een boertje moet laten. Eén op de vijf kraamverzorgenden is inmiddels geschoold. ‘Alle ouders en babyprofessionals zouden dit moeten weten.’

TEKST: MAARTJE VAN DER ZEDDE | FOTO: SHUTTERSTOCK

Dunstan Babytaal is een ontdekking van de Australische Priscilla Dunstan die een ongewoon talent heeft voor het herkennen van geluid. Als vijfjarige speelt ze na één keer luisteren het hele vioolconcert van Mozart na. In de wereld van de opera en klassieke zang ontwikkelt ze haar kennis over de manier waarop geluid wordt voortgebracht door het lichaam. Als haar zoon wordt geboren ontdekt ze patronen in zijn huilen. Dunstan heeft moeite met het geven van borstvoeding en ze merkt dat haar borsten beginnen te druppelen als Tom ‘Neh’ huilt. Als ze hem op die momenten voedt hapt Tom goed toe en doet het haar geen pijn. Ze begint aantekeningen te maken en noteert de verschillende geluiden die ze herkent. Het resulteert in een indeling in vijf geluiden: Neh,

Eairh, Ow, Heh en Eh, die achtereenvolgens honger, darmkrampje, moe, ongemak en boertje betekenen.

Waardevolle ontdekking

Onder supervisie van haar vader, psycholoog en onderwijswetenschapper Max Dunstan, start ze met een onderzoek dat moet aantonen of de Dunstan Babytaalmethode werkt. Ze gaat eerst na of ook andere baby's deze geluiden maken. Uit onderzoek onder meer dan vijfhonderd baby's van meer dan dertig verschillende nationaliteiten blijkt dat ieder kind een of meer van de vijf geluiden maakt, ongeacht zijn etnische of culturele afkomst. Andere mensen blijken de geluiden ook te kunnen herkennen. Dunstan beseft dat ze een zeer waardevolle ontdekking heeft gedaan. Op basis van grootschalig onderzoek in Sydney en Chicago doen onafhankelijk





ke academici aanbevelingen om de methode verder vorm te geven. In de methode is het begrijpen van de betekenis van het huilen de eerste stap in het tegemoetkomen aan de behoeften van de baby. Ouders die de methode gebruiken zijn onder de indruk van de vermindering van het huilen van hun baby. Dunstan Babytaal wordt in 2006 gepresenteerd in de populaire Oprah Winfrey Show. Eind 2006 komt een dvd uit. Een paar jaar later wordt de methode opgepikt door Bregje Hamelynck die in Nederland een cursus start voor professionals die werken met baby's. Inmiddels is een op de vijf kraamverzorgenden (dat zijn er ongeveer tweeduizend) geschoold. De bijscholing duurt twee bijeenkomsten van twee uur en is goed voor vijf accreditatiepunten via het Kenniscentrum Kraamzorg.

Eigen ritme

'Alle ouders en babyprofessionals zouden dit moeten weten', zegt

Dunstan Babytaal

Neh – honger. Voed je baby. Tip: let op de tong die van boven naar beneden beweegt. Neh is een lang geluid.

Eairh – darmkrampjes. Masseer je baby. Tip: Let op een dringend, persend geluid. Vaak met gebalde vuistjes en een pijnlijke grimas.

Auw – moe. Help je baby in slaap te vallen. Tip: let op de ovale vorm van de mond, veroorzaakt door de gaapreflex. Een zeurderig geluid.

Heh – ongemak. Check of de baby te warm is, koud is, een volle luier heeft, op zijn speen ligt etc. De baby kan ook overprikkeld zijn. Tip: let op de met adem uitgesproken 'H'-klank, als hijgen.

Eh – boertje. Help je baby een boertje te laten. Tip: let op de korte Eh-klanken. Veel baby's moeten vaak boertjes laten!



Bregje Hamelynck, trainer en eigenaar van Dunstan Babytaal Nederland. 'Het is zo fijn als je bij een baby weet wat er hand is. Vaak weten ouders en professionals al heel veel en toch staan ze er echt van te kijken. Elk kind heeft een eigen ritme. Het is altijd even zoeken in het begin en deze geluiden herkennen helpt daarbij. Het is een aanvulling op de kennis die je al in huis hebt. Je weet sneller en nog beter wat er aan de hand is. Voor ouders is het een heel fijne start met hun kind. Het helpt bij de hechting omdat ouders hun baby beter begrijpen en aanvoelen. Als je het eenmaal doorhebt is het zo logisch. Het geeft ze zelfvertrouwen en vergroot de draagkracht van het gezin.'

Puzzelstukjes

Kraamverzorgende Daniëlle Boon (33) van ACK Zorgmaat Kraamzorg volgde de bijscholing in 2013 en vond het echt 'een eye-opener': 'Ik voel, zie en hoor al snel wat de behoefte is van een baby, maar nu heb ik er specifiek woordjes, puzzelstukjes, bij. Het is tastbaarder en makkelijker over te dragen op ouders. Als ou-

ders hun kind goed kunnen verstaan, dan zorgt dat voor rust in het gezin. Ook vaders maak je er blij mee. Ze zijn vaak praktischer ingesteld en als hij dan hoort dat zijn kind een bepaald geluid maakt, dan kan hij op de flyer of op een app op zijn telefoon kijken wat het geluid betekent en vervolgens actie ondernemen. Als de kraamvrouw borstvoeding geeft kan de vader bij vier van de vijf geluiden zelf iets doen. Het geeft hem meer zelfvertrouwen. Voor oudere kinderen is het ook leuk. Dan ligt die flyer op tafel en rennen ze er bij een geluidje naartoe om te kijken wat broertje of zusje zegt.'

Voeden op verzoek

Ook voor doorgewinterde kraamverzorgenden is Dunstan Babytaal vaak een openbaring, merkt Hamelynck tijdens de scholing. 'Het is echt een toevoeging in het interpreteren van signalen. In de kraamtijd is vooral het verschil tussen Neh en Eh (een lang tegenover een kort, staccato geluid) belangrijk: honger of een boertje laten. Als je steeds als de baby aangeeft dat hij een boertje moet laten gaat voeden, dan loop je het risico dat de baby zelfs de borst gaat weigeren. Voeden op verzoek is de baby voeden als hij honger heeft, niet elke keer als hij begint te huilen. Niet laten boeren veroorzaakt darmkrampjes, spugen en slecht slapen. Baby's moeten vaak boeren, meer dan over het algemeen wordt aangenomen. In de westerse cultuur liggen baby's veel terwijl ze in andere culturen veel worden gedragen. Door de verticale positie en de beweging komt een boertje dan vanzelf los. Als onze baby's steeds bij Eh een boertje kunnen laten hebben ze minder last van spugen en darmkrampjes, en slapen ze beter.'

Overprikkeld

Bij Heh heeft de baby fysiek ongemak aan de huid, zoals kou, op de speen liggen, of een voetje door de spijlen van het bedje. Maar het kan ook ongemak betekenen door overprikkeling van het zenuwstelsel. Hamelynck: 'Als een baby veel Heh huilt dan is het goed om eens na te gaan wat er in de omgeving is waar de baby misschien overprikkeld door raakt. De Auw hoor je minder in de kraamtijd. Baby's vallen dan nog veel in slaap. Na een paar weken komt de huilpiek. Dan wordt de periode tussen moe en daadwerkelijk slapen langer. In die tussenfase laten baby's dat

Dunstan Babytaal App

De Babytaal App (zowel beschikbaar voor iPhone als Android) is vooral handig als je de basis van de methode inmiddels onder de knie hebt. Kosten € 3,99. De dvd kost € 22,-. Voor meer informatie: www.babytaal.nl.

zeurderige huilen horen. Als ouders horen dat hun baby huilt, zijn ze snel geneigd om hem op te pakken. Maar als ze herkennen dat het geluid betekent dat de baby moe is, en dat hij geen vieze luier heeft, of honger, dan laten ze de baby eerder met rust en zullen ze de prikkels juist verminderen. Dan is het opeens ook niet zo erg meer om de baby even te laten huilen tot hij in slaap valt.'

Andere geluiden

Met de vijf geluiden drukt de baby zijn basisbehoeften uit, maar baby's maken natuurlijk nog meer geluiden. 'Dunstan had nog elf andere geluiden herkend', vertelt Hamelynck. 'Bijvoorbeeld het geluid bij een prikje geven, dat waarschijnlijk een bepaald soort pijn of schrik betekent. Baby's die met een vacuümextractie zijn geboren maken ook een specifiek huilgeluid waarmee ze aangeven dat ze pijn hebben aan hun hoofd. Dat geluid is echter minder van belang om te leren omdat het ook weer snel verdwijnt. De vijf geluiden van Dunstan Babytaal maken baby's veel en vaak; je komt ze dagelijks tegen.'

Laagdrempelig

Het is in de kraamzorg soms even zoeken naar de manier waarop je kennis overdraagt. Hoe biedt je Dunstan Babytaal het beste aan in een gezin? Hamelynck: 'Een gouden openingszin is bijvoorbeeld: "Goh, ik hoor dat de baby honger heeft." Kans is groot dat de ouders dan aan je vragen hoe je dat kunt horen. Dan vertel je bijvoorbeeld: "Nou, ik heb laatst een cursus gevolgd en ... als je het leuk vindt kan ik er meer over vertellen." Zeg liever niet iets in de trant van "staan jullie er voor open".

Oproep

Dunstan Babytaal Nederland is bezig een eigen versie te maken van de dvd zodat deze beter is afgestemd op de Nederlandse situatie met kraamzorg. De huidige dvd is in het Engels. Ken jij enthousiaste gezinnen die hieraan zouden willen meewerken? Dunstan Babytaal Nederland komt graag met hen in contact. Voor meer informatie: www.babytaal.nl.

Dat maakt het zo zwaar, alsof het iets ergs, moeilijks of speciaals is. Zorg dat je het simpel houdt, laagdrempelig. Het zit wat mij betreft in dezelfde categorie als de baby in bad doen. Daarbij vraag je ook niet of mensen ervoor openstaan.' Daniëlle: 'Soms doen ouders eerst wat lacherig, maar als je het ze laat horen, bijvoorbeeld Neh, en ze gaan vervolgens zelf luisteren, dan worden ze plotseling heel enthousiast. Ouders met een eerste kindje nemen de informatie echt als een spons op. Ouders met meerdere kinderen hebben meer ervaring en zijn wat afwachtender. Zij hebben al gevoel ontwikkeld voor de behoeften van hun kinderen. Maar ze zijn wel altijd geïnteresseerd en vragen zich vervolgens af of ze niet toch iets gemist hebben. Als ik dan het geluidje van een boertje laat horen zijn ze blij verbaasd dat "je het echt kunt horen!"' ●

'Het is soms even zoeken'

