

WAT GEBEURT ER IN HUN BREIN?

➡ Wat betekent dit?

Als mama ineens minder tijd heeft, denkt het kind: "Mama houdt minder van mij." Niet omdat dat waar is, maar omdat het brein nog niet in staat is om de situatie genuanceerd te begrijpen.

2. De amygdala is dominant

De amygdala, het deel van het brein dat emoties zoals angst, boosheid en jaloezie verwerkt, is in deze fase erg actief.

➡ Wat betekent dit?

Veranderingen zoals een nieuwe baby kunnen intense gevoelens oproepen: onzekerheid, verdriet, woede. Het kind voelt zich bedreigd in zijn plek in het gezin.

3. De prefrontale cortex is nog in ontwikkeling

Dit hersengebied helpt bij zelfregulatie, empathie, plannen en nadenken voor je iets doet. Maar bij jonge kinderen is dit nog volop in opbouw.

➡ Wat betekent dit?

Ze kunnen hun emoties nog niet goed reguleren. Ze willen zich misschien goed gedragen, maar kunnen het nog niet altijd. Ze hebben hulp nodig om hun gevoelens te begrijpen en te uiten.

WAT GEBEURT ER IN HUN BREIN?

Wat betekent dit voor de overgang naar 'grote broer of zus'?

Voor het kind voelt het alsof zijn wereld op z'n kop staat. Alles wat vertrouwd was — de aandacht, de routines, de exclusieve band met mama of papa — verandert.

En omdat het brein nog niet in staat is om die verandering te relativeren of te begrijpen, voelt het alsof er iets afgenomen wordt.

Het kind kan reageren met:

- Terugval in gedrag (weer in bed plassen, babytaal gebruiken)
- Boosheid of jaloezie richting de baby
- Aanhankelijkheid of juist afstandelijkheid
- Meer driftbuien of protestgedrag

Voor dit soort signalen vanuit gedrag heb je nu *mooie tools* in huis en kom vanuit begrip. Bedenk je bijvoorbeeld hoe het voelt voor jou als er ineens een vrouw (of man) bijkomt in je gezin, omdat je partner dat wel gezellig lijkt... Die verwarring, dat voelt een kind.

Ben en blijf op de behoefte onder het gedrag reageren en kies voor die connectie, die goud waard is, vooral voor later.